sale&pepe

SALEPEPE.IT
APRILE 2016 - € 3,50
MONDADORI



Lasagnette con gamberi e zucchine
pag. 45

LASAGNE creative con condimenti di primavera **AGNELLO DA FILM** sei interpretazioni d'autore per una Pasqua da grande schermo **OMELETTE** buone, gustose e inaspettatamente varie **FRAGOLE E LIMONE** un connubio aromatico per dolci delicati

Poste Italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona - Anno 30 - Mensile - PT(Cont), Lux, Belgio e Francia € 6,50 - Svizzera CHF 7,20 - Svizzera C.T. CHF 7,10 - Germania € 8,50 - Canada CAD 13,00 - USA $ 13,00

ALESSI Loves ITALY



Per te 500€

di prodotti d'eccellenza dell'enogastronomia italiana al 50%

con l'acquisto di un set di posate da 24 pezzi
o 250€ di prodotti Alessi a tua scelta*.

alessilovesitaly.com



*L'acquisto non è limitato ai set e può includere anche pezzi singoli nelle categorie posate, piatti, bicchieri e pentole.
Operazione a premi valida dal 01/03/2016 al 31/05/2016. Regolamento completo su alessilovesitaly.com.

ALESSI



Ghiottini®
I Cantuccini alle mandorle
4 generazioni, 1 ricetta:
SENZA OLIO DI PALMA
Buoni. Dal profumo in poi.
(Da consumarsi preferibilmente in compagnia)
Ghiott® Firenze
Prodotti in Toscana
I Ghiottini sono unici. Scopri perché su Ghiott Firenze o su www.ghiott.it/unici

SOMMARIO

APRILE 2016



18



90



56

Servizi



70

salepepe.it
Ricette, videoricette, news e contributi speciali sul nostro nuovo sito

Sale&Pepe è social!
Siamo su facebook. Seguiteci anche su twitter e instagram: @salepepe_it per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.

La nuova app di Sale&Pepe
Scaricate l'applicazione dall'Apple Store per sfogliare la rivista direttamente sull'iPad.

Indice delle ricette e indirizzi a pagina 6



Evasioni

Scuola



Rubriche

Hanno collaborato con noi ad Aprile



LAURA DELLI COLLI
Giornalista cinematografica, è autrice di libri dedicati al rapporto tra cinema e tavola. Suoi i titoli "Il gusto del cinema (italiano e internazionale)" e "Pane, film e fantasia", con 100 film e altrettante ricette. A pag. 70

MASSIMO MONTANARI
È docente di Storia dell'alimentazione all'Università di Bologna e all'Università di Scienze gastronomiche di Pollenzo. Per noi ha approfondito il tema dell'antica cucina dei pellegrini. A pag. 32



ANTONIO TUBELLI
È l'artefice del ristorante napoletano Timpani&Tempura, dove esercita l'arte della frittura, nonché l'autore di libri sulla cultura gastronomica partenopea e con le sue ottime ricette. Proprio come quelle cucinate per noi. A pag. 53



ELETTO PRODOTTO DELL'ANNO
I Consumatori Premiano l'Innovazione
2016

Caffè Vergnano 1882 Èspresso 1882

WWW.CAFFEVERGNANO.COM

Eletto Prodotto dell'Anno.
È Compostabile. È Caffè Vergnano.

LE CAPSULE SONO COMPATIBILI CON LE MACCHINE
AD USO DOMESTICO A MARCHIO NESPRESSO®*

Ricerca di mercato PdA© su una pre-selezione di prodotti innovativi venduti in Italia, condotta da IRI su 12.000 consumatori con più di 15 anni, svoltasi a gennaio 2016. www.prodottodellanno.it cat. capsule caffè



*Il marchio non è di proprietà di Caffè Vergnano S.p.A. né di aziende ad essa collegate.

OK compost VINÇOTTE

CAPSULA COMPOSTABILE SECONDO LA NORMA UNI EN 13432:2002. SMALTISCI LA CAPSULA NELLA RACCOLTA DIFFERENZIATA DELL'ORGANICO CHE VIENE INVIATA IN IMPIANTI DI COMPOSTAGGIO CONTROLLATI E SECONDO LE INDICAZIONI DEL COMUNE DI RESIDENZA! NON SMALTIRE IN AUTONOMI SISTEMI DI COMPOSTAGGIO DOMESTICO.

INDICE

LE RICETTE DI APRILE 2016

ANTIPASTI, FOCACCE E TORTE SALATE

PRIMI

SECONDI

CONTORNI, VERDURE E SALSE

DESSERT E BEVANDE

INDIRIZZI

- **Alessi**,www.alessi.com
- **Alpi**,www.alpiwood.com
- **Arzberg**, distribuito da Sambonet Paderno Industrie, www.arzberg-porzellan.com - corporate.sambonet.it
- **Asa Selection distr. da Merito**, www.asa-selection.com - www.merito.it
- **B.Morone**, www.bmorone.it
- **Bitossi Home**, www.bitossihome.it
- **Bormioli Rocco**, www.bormiolirocco.com
- **Braun**, www.braun.com
- **Broggi**, www.broggi.it
- **C&C Milano**, www.cec-milano.com
- **Chantal Delorme**, www.chantaldelorme.it
- **Coin Casa**, www.coincasa.it
- **Corrado Corradi**, www.corrado-corradi.it
- **Emile Henry**,www.emilehenry.com
- **Fantini Marmi**,www.fantinimosaici.it
- **Fasano Ceramiche**,www.fasanocnf.it
- **Forme di Farina**, www.formedifarina.eu
- **Funky Table**,www.funkytable.it
- **Gefu**, distribuito da Schoenhuber, www.schoenhuber.com
- **Home&More**,www.home-more.it
- **Italo Ottinetti**,www.ottinetti.it
- **J&V Jannelli&Volpi**, www.jannellievolpi.it
- **Jars Céramistes**, www.jarsceramistes.com
- **Kasanova**,www.kasanova.it
- **KnIndustrie**, www.knindustrie.it
- **La Fabbrica del Lino**, www.lafabbricadellino.it
- **La Rinascente**, www.larinascente.it
- **Le Creuset**, www.lecreuset.it
- **Le Stanze della Memoria**, www.lestanzedellamemoria.it
- **Leonardo**,www.leonardo.de
- **Linum**,www.linum.se
- **Livellara**,www.livellara.com
- **Madame Gioia Home**, www.madamegioiahome.it
- **Made a Mano**,www.madeamano.it
- **MarinaC**, www.marinac.it
- **Massimo Casiello**, www.massimocasiello.it
- **Moneta**, www.moneta.it
- **Nella Longari**,www.nellalongari.com
- **Noleggiocose**,www.nolleggiocose.it
- **Nuova Serpentino d'Italia**, www.serpentino.it
- **Once Milano**,www.oncemilano.com
- **Paderno**,www.paderno.it
- **Papier**,www.papier-milano.it
- **Pengo**,www.pengospa.it
- **Pentole Agnelli**,www.pentoleagnelli.it
- **Pierre Frey**,www.pierrefrey.com
- **Piral**, distribuito da Paderno, www.paderno.it
- **Rivadossi Sandro**,www.rivadossi.it
- **Serax**, www.serax.com
- **Society Limonta**, www.societylimonta.com
- **Tescoma**, www.tescomaonline.com
- **The Freaky Table**, www.zairazarotti.com
- **TVS**,www.tvs-spa.it
- **Wald**,www.wald.it
- **Victorinox**,www.victorinox.com
- **Virgina Casa**,www.virginiacasa.it
- **Zara Home**,www.zarahome.com
- **Zodio**,www.zodio.it

fiorfiore
coop

DA UNA LUNGA STAGIONATURA NASCE IL FIORFIORE.





CON FIORFIORE COOP COGLI IL MEGLIO DELLA CULTURA GASTRONOMICA.

Per diventare più buoni, certi prodotti richiedono più tempo. Come il Parmigiano Reggiano DOP della linea fiorfiore Coop, stagionato per ben trenta mesi, che ti regala tutto il sapore di un formaggio fatto come una volta, con passione, maestria e amore per il territorio. E per concederti un'esperienza di gusto unica quando vuoi, la linea fiorfiore porta in tavola tanti sapori frutto di un'attenta ricerca delle materie prime migliori, del recupero della tradizione ma anche di ricette originali. Fiorfiore Coop, l'eccellenza al giusto prezzo ogni giorno.

coop
LA COOP SEI TU.

Per creare un capolavoro.



contenitori AIRSTOP

20 anni di passione in cucina.

tescoma.

SHOP

www.tescoma.it

Numero Verde 800777546

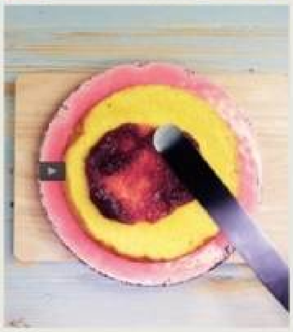
Il posto migliore in cui conservare a lungo termine? I contenitori Airstop! A chiusura ermetica, modulari e impilabili. Perfetti in dispensa e in frigorifero, proteggono e mantengono il grado ottimale di umidità degli alimenti contenuti all'interno, senza farli asciugare. Per un frigorifero e una dispensa davvero impeccabili!

LA NEWS PIÙ LETTA

Pizza, patatine fritte, uova intere... Ad accomunare questi alimenti tanto diversi è che nessuno di loro va scaldato al microonde. Al contrario questo elettrodomestico è indicato per latte, acqua e in generale cibi ricchi di umidità che consente al calore di diffondersi in modo omogeneo. Ne abbiamo parlato sul nostro canale news, raccontando per quali alimenti il microonde è o non è adatto e perché.









LE NUOVE VIDEO RICETTE

Come preparare pan di Spagna, tagliatelle e lasagne fresche, pizza e besciamella light? Il burro si può fare anche a casa? E come usare la panna per decorare dolci fantasiosi? Su **salepepe.it** le tecniche di base ora sono raccontate in modo ancora più chiaro, con video tutorial semplici e ritmati, che consentono di comprendere perfettamente anche i passaggi più difficili. Persino il soufflé più complicato non avrà più segreti.

I click più ghiotti

VIDEO TUTORIAL, NOTIZIE SEMPRE FRESCHE, RICETTE PER TUTTI I GUSTI, SPECIALI TEMATICI E TECNICHE DI BASE

di Barbara Roncarolo



FRAGOLE E PANNA

Il connubio più goloso della primavera è protagonista sul nostro sito. Le ricette che abbinano fragole e panna sono tutte semplici e molto veloci, ma il risultato è sorprendente. Il dolce nella foto ne è un esempio: è sufficiente preparare un pan di Spagna, montare la panna e distribuire le fragole e in poco tempo avrete un dessert molto chic, da servire al termine di una cena speciale.



LE MIGLIORI RICETTE CON LE VERDURE

La primavera segna il risveglio della terra e gli orti si preparano a regalarci le verdure più sfiziose dell'anno. Questo è il momento giusto per portare in tavola appetitosi piatti con gli ortaggi di stagione. Proprio a loro è dedicato un intero speciale con le migliori ricette. Sono tutte preparazoni veloci, leggere e decisamente appetitose. La scelta spazia dal risotto, alle sfogliate e dalle torte salate ai primi piatti più ghiotti.









LIGHT E SFIZIOSE

La buona cucina è quella che sa essere contemporaneamente creativa, gustosa, golosa e sana. Basandoci su questi principi abbiamo realizzato una raccolta di ricette dietetiche e leggere, capaci di appagare il palato, senza appesantire la linea. Si tratta di mini tartare, insalate di pollo, riso freddo con le verdure e piattini vegani. Sono preparazioni veloci, facili e sfiziose, che puntano sulla qualità e sulla freschezza degli ingredienti.


Gravina, Bari
Filippo agricoltore
Il gusto di Fare bene
alce nero
Abbiamo scelto l'agricoltura biologica dal 1978
Da sinistra: passata di pomodoro, spaghettoni Senatore Cappelli, olio extravergine di oliva e penne integrali di semola
Scopri tutti i prodotti su alcenero.com
Alce Nero. Agricoltori biologici dal 1978



Laura Maragliano

Il pane firmato

RACCONTO DI UNA TRADIZIONE CHE RINASCE. UNA STORIA BELLA PER FESTEGGIARE PASQUA ATTORNO A UNA TAVOLA RICCA DI SIMBOLI E DI TANTE PICCOLE BONTÀ

ritratto di Michele Tabozzi, foto delle ricette di Francesca Moscheni e Laura Spinelli, in cucina Antonella Pavanello

Sono curiosa, lo so. Mi piace toccare, annusare, guardare e soprattutto cercare, anzi scovare. È così che quest'estate, in giro per il centro di Matera, ho trovato Massimo Casiello e la sua bottega artigiana piena di pezzi di legno pronti per essere intagliati come timbri del pane: un simbolo dell'arte pastorale della murgia materana riscoperto a nuova vita. Da sempre nella città dei Sassi il pane era fatto in casa anche dai più ricchi. L'impasto preparato il giorno prima veniva portato la mattina dopo in uno dei forni, circa una decina, sparsi tra le case dei Sassi e timbrato prima della cottura per essere riconosciuto una volta sfornato. I forni, in parte pubblici o di proprietà di famiglie benestanti, diventavano un luogo di ritrovo per le donne. A occuparsi della produzione dei timbri erano i pastori che durante la transumanza, lontani da casa, avevano tempo di intagliare il legno trovato lungo il cammino, sviluppando via via una vera e propria arte. La parte superiore dell'oggetto poteva raffigurare elementi sacri o simboli di prosperità come i rami fioriti, la chioccia o figure femminili, mentre le rappresentazioni del gallo, del cane o della figura maschile erano segno di virilità e quindi simboleggiavano la protezione del nucleo familiare. Nella parte inferiore erano intagliate le iniziali del capofamiglia e, quando moriva l'uomo anziano, il timbro veniva bruciato e sostituito da uno nuovo. Anche le richieste di fidanzamento vedevano protagonisti questi timbri, rispediti al mittente in caso di rifiuto o conservati in caso contrario. Questa storia semplice ma piena di fascino me l'ha raccontata Casiello nel suo laboratorio mentre intagliava il timbro con le mie iniziali. Tornato nella sua Matera dopo dieci anni di assenza, durante i quali ha lavorato come informatico a Roma e Milano, Massimo ha dato una svolta alla sua vita, lasciando il certo per l'incerto, per riprendere in mano la passione dell'intaglio e tornitura del legno sviluppata nell'adolescenza; e forte dell'amore per la sua terra, ha dato nuova vita ai timbri del pane. Oggi una nuova sfida lo aspetta: riportare alla luce le piccole trottole in legno chiamate in dialetto "strimml" con le quali i bambini giocavano tra le case dei Sassi.

> segue a pag. 12



PANE DI PASQUA ALLE ERBE

PER 10 PERSONE
460 g di farina Manitoba + 60 g circa per la lavorazione - 1 bustina di lievito di birra disidratato (7 g) - 1 rametto di rosmarino - 1 ciuffo di salvia - 2 cucchiai di olio extravergine d'oliva - una presa di zucchero - 2 cucchiaini di sale

● **1** Versate 400 ml di acqua tiepida in una ciotola, unite il lievito e lo zucchero, mescolate con una frusta e fate riposare per 4-5 minuti. Nel frattempo, lavate salvia e rosmarino, asciugateli e tritateli. Versate nella ciotola la farina, le erbe tritate, l'olio e il sale e mescolate energicamente con una frusta o un cucchiaio di legno finché non otterrete un impasto omogeneo. Coprite la ciotola con pellicola alimentare e lasciate lievitare l'impasto in un luogo tiepido per 1 ora (per esempio nel forno spento con la luce acesa).
● **2** Spolverizzate con 1 cucchiaio di farina il fondo una pentola in acciaio di 25 cm di diametro e 6-7 cm di altezza, coprite con un disco di carta da forno e spolverizzate con un altro cucchiaio di farina. Ricoprite un piatto piano con circa 40 g di farina, rovesciatevi sopra l'impasto e rigiratelo più volte in modo che risulti uniformemente infarinato. Mettetetelo nella pentola preparata, coprite con un coperchio e lasciate lievitare ancora per 30/40 minuti.
● **3** Infarinate nuovamente l'impasto e timbratelo al centro con un marchio da fornaio. Praticate qualche taglio sulla superficie della pasta e cuocete, a pentola coperta, in forno caldo a 200° per 30 minuti. Eliminate il coperchio e proseguite la cottura per altri 20-25 minuti finché il pane sarà gonfio e dorato. Lasciatelo intiepidire, toglietelo dalla pentola e mettetelo su una gratella a raffreddare.



1



2



3



Un timbro fai-da-te

Se volete marchiare il pane per dedicarlo a qualcuno o a voi stessi durante il pranzo di Pasqua, o magari per un regalo gourmand, potete farlo anche senza il timbro in legno. Basta incidere l'impasto con un coltello a lama liscia. Praticate tagli abbastanza profondi, di circa 3 cm, e se la pasta si attacca bagnate la lama. Il marchio verrà meno inciso ma comunque d'effetto. Per confezionare eventualmente la pagnotta (che dev'essere completamente raffreddata), utilizzate carta trasparente da fiorista su cui avrete praticato qualche forellino.



Insospettabile latte di cocco

Ricco di sali minerali e antiossidanti e ormai facilissimo da reperire (in tutti i supermercati) il latte di cocco è ottenuto miscelando la polpa del frutto maturo con latte o acqua. È un'ottima alternativa al latte vaccino, ideale per gli intolleranti al lattosio e per i vegani. In cucina si sposa molto bene con tutti i crostacei, sia in zuppe che in intingoli. È ottimo con il pollo, specie se aromatizzato con spezie o miscele come il curry o il garam masala, ed è squisito nei piatti a base di riso, specialmente basmati. Sostituisce egregiamente il latte in tutti i dolci che lo prevedono. Non va confuso con l'acqua di cocco, che è invece una bevanda particolarmente salutare e povera di grassi, ricavata dal liquido che si trova nelle noci di cocco verdi, ancora immature.

Erbe fresche, primizie, ingredienti insoliti (magari rubati alla cucina etnica): piccole aggiunte che portano la primavera nel piatto

Maionesi chic per tutti i gusti

Per carpacci di pesce crudo o insalate. Mescolate 200 g di maionese con 2 cucchiai di wasabi in pasta, poco zenzero fresco grattugiato e qualche goccia di salsa di soia.

Per insalate di pollo o gamberi al vapore. Mescolate 200 g di maionese con 1 cucchiaio di curry in polvere e 1/2 mela verde a dadini irrorata con succo di limone o di lime.

Per carne fredda bollita. Frullate 200 g di maionese con 125 g di tonno, capperi sott'aceto sgocciolati, cipollotti e noci.

Per pollo al curry o pesce al forno. Miscelate la maionese con la metà in peso di yogurt greco, sale, tabasco, un filo di olio extravergine e una dadolata di sedano, carota, cipolla rossa e zucchine.

Per pesce al vapore o fritture di mare. Mescolate 200 g di maionese con un cucchiaio senape e un trito di aglio ed erbe delicate (erba cipollina, prezzemolo, maggiorana e basilico).



Il tocco gentile dell'acqua di fiori d'arancio

Qualche goccia di acqua di fiori d'arancio regala una sfumatura primaverile a una crema pasticcera amalgamata con poca panna montata, da servire in coppa con biscottini artigianali. Ottima nel risolatte, si sposa a meraviglia con tutti i dolci alla ricotta e con quelli a base di semolino. Da provare aggiunta a un gelato fiordilatte (nella foto): bastano 2-3 cucchiaini per porzione, qualche pistacchio e pezzetti di scorza d'arancia per un fine pasto delizioso.

Oppure per un dessert rapido, montate 400 g di ricotta, meglio se di pecora, con 100 g di zucchero e 1 cucchiaio di acqua di fiori d'arancio. Dividete a metà 1 pan di Spagna nel senso dello spessore, spennellate di latte la base, farcite con la crema di ricotta, cioccolato grattugiato e scorzette di arancia candite. Ricomponete e ricoprite con marmellata di arance.





Irresistibili sfizi con le puntarelle

La ricetta forse più nota è la tradizionale insalata alla romana: ricavate tutte le cimette (e magari qualche foglia tenera) e tagliatele a listarelle sottili nel senso della lunghezza. Immergetele in acqua freddissima, lasciatele arricciare, sgocciolatele e servitele con una salsina preparata con olio extravergine d'oliva, poco succo di limone, filetti di acciuga sott'olio sminuzzati, poco aglio tritato e pepe. In alternativa, dopo averle affettate, lasciatele un po' sotto l'acqua corrente e servitele in pinzimonio: sono squisite e meno laboriose. Sempre ridotte a fettine, sono ottime saltate in padella con aglio, olio e peperoncino e servite come contorno, come condimento per la pasta o come arricchimento di un sugo rosso con polpettine. Per un piattino veramente speciale, lessatele in acqua bollente salata e servitele con fave crude e pecorino, oppure su una crema di fave (basta frullare quelle in scatola con olio e sale). Le puntarelle sono anche da provare nei risotti e nelle torte salate o in abbinamento a formaggi del sud, salsiccia, guanciale o pancetta.

fiorfiore

coop

DA UNA LENTA AFFUMICATURA NASCE SOLO IL FIORFIORE.





CON FIORFIORE COOP COGLI IL MEGLIO DELLA CULTURA GASTRONOMICA.

Gli affumicati di pesce fiorfiore Coop ti offrono solo il meglio del mare e il gusto della lavorazione tradizionale. Grazie a una salatura a secco e a una lenta affumicatura a legna, puoi provare ogni giorno un sapore e un profumo inconfondibili, senza aromi né additivi. E per concederti un'esperienza di gusto unica quando vuoi, la linea fiorfiore porta in tavola tanti sapori frutto di un'attenta ricerca delle materie prime migliori, del recupero della tradizione ma anche di ricette originali. Fiorfiore Coop, l'eccellenza al giusto prezzo ogni giorno.

coop

LA COOP SEI TU.


Il Sapore del Burro
MEGGLE
-50% GRASSI
RISPETTO AL BURRO CLASSICO*
SENZA GLUTINE
Butterfly
Burro leggero
Senza Lattosio
MORBIDO E FACILE DA SPALMARE
Leggero e senza lattosio
Butterfly è il burro leggero con il 50% di grassi in meno*, senza lattosio e senza grassi vegetali. Incredibilmente morbido e facile da spalmare. Sorprendentemente gustoso.
Scopri i segreti del nostro burro su www.meggle.it
MEGGLE
Dal latte, prodotti di Qualità
*Il burro tradizionale contiene l'82% di grassi, Meggle Butterfly ha invece solo il 40% di grassi.

LA NOSTRA SCUOLA
CORSI&EVENTI



PROFUMI DI PRIMAVERA
Ecco un menù completo, leggero e adatto anche a un invito a cena elegante, da preparare in poco tempo grazie ai consigli del nostro chef Matteo Scibilia. Tortino di patate e avocado con gamberi saltati e uovo barzotto, risotto profumato con vongole e carciofi, spiedini di pollo croccanti con sedano e arance e deliziose patate duchessa. Appuntamento sabato 2 aprile dalle 16.30 alle 19.30.

STREET FOOD EXPERIENCE
Dal 12 al 17 aprile, in occasione del Salone Internazionale del Mobile di Milano, Sale&Pepe e la sua scuola organizzano showcooking di chef emergenti, assaggi e molte sorprese. Il tutto al Giardino Ventura di Lambrate, il fulcro degli eventi di design. Tema della manifestazione è lo street food: dal panino succulento al piatto di pesce passando per paste, chicche vegetariane e caffetteria con torte e dolci molto originali. Info su www.salepepe.it





DELIZIE DI PESCE LOW COST
La cucina di mare alla portata di tutti, grazie alle tecniche della nostra chef Monica Sartoni Cesari e alla sua creatività. Insegnerà quale pesce scegliere e come prepararlo per portare in tavola piatti raffinati semplici e poco costosi. Come le cotolette di alici ripiene alla ricotta, la pasta con le sarde al finocchietto selvatico e i filettini di sgombro avvolti nella pancetta con pane aromatico. Tre ore di corso con degustazione martedì 5 aprile dalle 19 alle 21.

IL PRANZO DELLA DOMENICA
Ancora un corso per bambini, fedelissimi allievi della Scuola di Cucina di Sale&Pepe, che si diletteranno ai fornelli per preparare un menu completo, elaborato ma alla portata dei piccoli chef (dai 6 agli 11 anni). Prepareranno un pranzo della domenica di tre portate: bignè mignon, pasta al forno, tiramisù rosa). Domenica 17 aprile dalle 11.30 alle 14.00.



lega del filo d'oro

CUCINA CHE FA BENE
Giorgio Donegani, giornalista esperto educatore alimentare incontrerà la chef Eva Golia per uno showcooking speciale a sorpresa.
È il primo appuntamento organizzato con la Lega del filo d'Oro, che dal 1964 si occupa di assistenza e riabilitazione ai sordociechi. Il 18 aprile, dalle 18.30 alle 20.30 su prenotazione.





CORSO A 4 MANI
La chef Daniela Pignatti sarà ai fornelli con i bambini, accompagnati da un genitore, per realizzare tre dessert ispirati alla primavera. L'alberello fiorito, la torta di rose (nella foto) e le deliziose farfalle rosse e gialle. Il corso "Viva la primavera!" si svolgerà sabato 16 aprile dalle 15.00 alle 17.30. Informazioni dettagliate su www.scuoladicucina.it

SCUOLA DI CUCINA DI SALE&PEPE
Presso Ca'puccino, piano interrato - Piazza Armando Diaz 5, 20123 Milano (M1/M3 fermata Duomo)
Tel: 02 75 42 33 00 - Orari dal lunedì al venerdì: 14-18 - Per informazioni scrivi a: info.scuoladicucina@mondadori.it

Visita il sito per scoprire il calendario completo dei corsi: www.scuoladicucina.it
www.facebookcom/ScuolaCucinaSaleePepe - #TalentoInCucina

Pasqua in campagna

UN MENU RUSTICO MA GENTILE, UN TAVOLO IN MEZZO AL PRATO, GLI AMICI MIGLIORI. INGREDIENTI SEMPLICI PER UNA GIORNATA PERFETTA

testo di Cristiana Cassé, ricette di Claudia Compagni, foto di Michele Luigi Mulas, styling di Federica Bianco di San Secondo. Scelta dei vini di Sandro Sangiorgi. Si ringrazia Maja, Barbara, la piccola Maya e Sterina





Uova ripiene alla bottarga con verdure e germogli
pag. 25



Mentre i grandi gustano un aperitivo nel prato, i bimbi vanno a caccia di fiori spontanei, che a sorpresa sono tra i protagnisti di questo variopinto menu di primavera



Pane arrotolato alle erbe
pag. 25

La Pasqua è l'occasione perfetta per una giornata in campagna con gli amici e i bambini, magari una breve vacanza, per respirare aria leggera e gustare cose buone. Uova, carciofi, agnello, primizie dell'orto... E poi le torte da leccarsi i baffi. I sapori tradizionali nel nostro menu ci sono tutti, declinati in modo fresco e speciale per rendere il pranzo sfizioso e soave al palato. Le immancabili uova sode con insalatina, per esempio, sono farcite da una golosa crema realizzata con i tuorli, bottarga, limone e tanti aromi. Il tutto in piacevole contrasto con la fresca croccantezza di verdurine e germogli. Le erbe aromatiche, che sono tra le prime attrici di queste ricette, ricorrono anche nel fragrante pane arrotolato, che insieme a una ricotta fresca si rivela un antipastino delizioso.

> segue a pag. 20



> segue da pag. 19

Lo spumante che scorre nei bicchieri promuove l'allegria e accompagna le entrée, da gustare non necessariamente a tavola. A concluderle, è una raffinata insalatina al pompelmo rosa, petali di fiori e menta, il cui colpo d'occhio è in perfetta sintonia con i colori della campagna circostante. Uno sfizio ideale per preparare il palato al primo piatto, magnificamente interpretato dai ravioli di magro: carciofi, robiola e maggiorana nel ripieno, cipolle caramellate e olive taggiasche come condimento. L'insieme è delicato e gustoso allo stesso tempo, con lo spunto dolce delle cipolle e quello sapido delle olive in un matrimonio gustativo di raro equilibrio. Un piatto che non si dimentica e che piacerà anche ai più piccini. Per loro, se l'età lo consente, è divertente allestire un tavolino a parte, dove possano vivere in autonomia una Pasqua a misura di bimbo; sicuramente lo apprezzeranno. Si può anche organizzare una egg hunt, una caccia all'uovo all'inglese, nascondendo ovetti e coniglietti di cioccolato tra cespugli e fioriere.

> segue a pag. 22

I fiori eduli, possono essere raccolti nel prato, se non è stato trattato di recente con pesticidi, evitando quelli di geranio e oleandro. Si trovano anche nelle serre e online, dove vengono proposte, tra l'altro, delle bustine con miscele di semi misti da spargere sul terreno a fine inverno.



Ravioli di carciofi con cipolla caramellata e olive

pag. 25



Insalata al pomplemo

pag. 25



> *segue da pag. 19*

Lo spumante che scorre nei bicchieri promuove l'allegria e accompagna le entrée, da gustare non necessariamente a tavola. A concluderle, è una raffinata insalatina al pompelmo rosa, petali di fiori e menta, il cui colpo d'occhio è in perfetta sintonia con i colori della campagna circostante. Uno sfizio ideale per preparare il palato al primo piatto, magnificamente interpretato dai ravioli di magro: carciofi, robiola e maggiorana nel ripieno, cipolle caramellate e olive taggiasche come condimento. L'insieme è delicato e gustoso allo stesso tempo, con lo spunto dolce delle cipolle e quello sapido delle olive in un matrimonio gustativo di raro equilibrio. Un piatto che non si dimentica e che piacerà anche ai più piccini. Per loro, se l'età lo consente, è divertente allestire un tavolino a parte, dove possano vivere in autonomia una Pasqua a misura di bimbo; sicuramente lo apprezzeranno. Si può anche organizzare una egg hunt, una caccia all'uovo all'inglese, nascondendo ovetti e coniglietti di cioccolato tra cespugli e fioriere.

> *segue a pag. 22*

I fiori eduli, possono essere raccolti nel prato, se non è stato trattato di recente con pesticidi, evitando quelli di geranio e oleandro. Si trovano anche nelle serre e online, dove vengono proposte, tra l'altro, delle bustine con miscele di semi misti da spargere sul terreno a fine inverno.



Ravioli di carciofi con cipolla caramellata e olive
pag. 25



Insalata al pomplemo
pag. 25



In campagna, dove la mise en place non ha pretese di eleganza, sono perfette le tovaglie e i piatti con motivi floreali, oppure le tinte unite sgargianti, da accostare liberamente.



Rotolo di agnello al forno con mini pudding
pag. 26



Torta di cioccolato e pistacchi con olivette di marzapane
pag. 26

> segue da pag. 20

Ma ecco sua maestà l'arrosto, immacabilmente di agnello, che arriva in tavola morbidissimo e profumato: la carne di spalla disossata è arrotolata su una marinata secca di rosmarino, sale e scorza di limone. Per accompagnare, dei piacevolissimi e insoliti mini pudding di farina, latte e uova. Un brindisi di gruppo conclude il pranzo e mette nello spirito giusto per accogliere il dessert, intrepretato da ben due meraviglie. Una spettacolare torta al cioccolato e pistacchi con deliziosi decori in tema pasquale e una suadente crostata alla ricotta con amarene e mele. Nulla vieta, anzi è consigliabile, di spendere un dolce subito dopo pranzo e l'altro a merenda, per proseguire in bellezza fino al tramonto.

Bianca e morbidissima delizia che apre la stagione dei formaggi nuovi, la ricotta è immancabile nei dolci pasquali. Come vuole la tradizione di campagna da nord a sud dello Stivale



Crostata ricotta, mele e amarene
pag. 26



Ritorniamo alla natura, dissero i mirtilli.

E con un grande balzo saltarono nel vaso della confettura Darbo assieme agli altri mirtilli. Questo è anche del tutto naturale, quando si sa, che ogni vaso contiene solo la qualità migliore. Se anche Lei vuole seguire il richiamo della natura, alla prossima colazione provi le eccellenti confetture di Darbo in tanti insuperabili gusti. Per maggiori informazioni sulle nostre confetture visitate **www.darbo.com**

d'arbo Naturrein

Il pieno sapore della natura.

UOVA RIPIENE ALLA BOTTARGA CON VERDURE E GERMOGLI

PER 8 PERSONE
8 uova - 30 g di bottarga di muggine - 6 steli di erba cipollina - 5 rametti di prezzemolo - un ciuffo di finocchietto selvatico - 1 carota - 2 zucchinette novelle - 1 cipollotto viola - 2 manciate di germogli di alfa alfa - pochi germogli di ravanello per guarnire - 1/2 limone - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Disponete le uova in una casseruola, copritele con acqua fredda e cuocetele per 8 minuti dall'inizio dell'ebollizione. Raffreddatele sotto l'acqua corrente, rompete il guscio picchiettandolo, mettetele a bagno in acqua fredda per 10 minuti e quindi sgusciatele.
● **2** Incidete l'albume con un taglio a V, asportate il lembo che si sarà creato e prelevate delicatamente i tuorli. Frullateli con 4 cucchiai di olio, la bottarga grattugiata, il succo del limone filtrato, le erbe aromatiche, sale e pepe.
● **3** Trasferite il composto in una tasca da pasticciere con la bocchetta liscia e riempite gli albumi. Pulite e lavate la carota, le zucchine e il cipollotto e riduceteli a una julienne lunga. Condite le verdure con un pizzico di sale, disponetele sulle uova con qualche germoglio di ravanello. Servitele su un letto di germogli di alfa alfa.

FACILE
● **Preparazione 25 minuti**
● **Cottura 10 minuti**
● **125 cal/porzione**

PANE ARROTOLATO ALLE ERBE

PER 8 PERSONE
600 g di farina di farro - 1 bustina di lievito di birra disidratato - 1 cucchiaino di zucchero - 4 dl di latte - 1 limone - 1 mazzetto di prezzemolo - 3 rametti di timo - 1 rametto di rosmarino - 4 foglie di salvia - 6 foglie di borragine - 50 g di tarassaco - sale - pepe

● **1** Mescolate 3 dl di latte con il succo del limone filtrato e 10 g di sale. Miscelate la farina di farro con il lievito di birra e lo zucchero e impastate unendo a filo il latte al limone. Lavorate la pasta per almeno 10 minuti finché sarà soda ed elastica. Copritela e lasciatela lievitare in luogo tiepido (per esempio nel forno spento con la luce accesa) per un'ora circa: dovrà raddoppiare di volume.
● **2** Mondate e tritate finemente le erbe aromatiche con il tarassaco e la borragine. Stendete l'impasto in un rettangolo di circa 40x30 cm, cospargetelo con il trito di erbe e arrotolatelo a partire dal lato lungo.
● **3** Con un coltello a lama piatta, dividete il rotolo in due parti nel senso della lunghezza, in modo da ottenere due filoncini di 40 cm, quindi torcete ciascuno a elica. Trasferiteli in una teglia rivestita con carta da forno e lasciateli lievitare coperti per altri 30 minuti. Spennellateli con il latte rimasto, cospargeteli con una macinata di pepe e cuoceteli in forno caldo a 200° per 30 minuti. Accompagnate il pane tiepido o freddo con ricotta fresca.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti**
● **Cottura 30 minuti + riposo**
● **290 cal/porzione**

INSALATA AL POMPELMO

PER 8 PERSONE
3 pompelmi rosa - 8 ravanelli - 2 cespi di insalata belga - 200 g di misticanza - 1 cucchiaio di petali di fiori eduli - 8 foglioline di menta - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Pulite e lavate i ravanelli e le insalate. Riducete i ravanelli a fettine sottilissime e metteteli a bagno in acqua fredda. Pelate al vivo i pompelmi, tagliateli a fettine di circa mezzo cm di spessore raccogliendo il succo emesso in una ciotolina. Tagliate a listarelle le foglie di menta.
● **2** Disponete nei piatti il pompelmo e le insalate e poi aggiungete i fiori e la menta. Emulsionate il succo di pompelmo con 6 cucchiai di olio, sale e pepe e condite le insalate con la citronnette.

FACILISSIMA
● **Preparazione 20 minuti**
● **Cottura nessuna**
● **85 cal/porzione**

RAVIOLI DI CARCIOFI CON CIPOLLA CARAMELLATA E OLIVE

PER 8 PERSONE
300 g di farina - 4 uova - 8 carciofi - 100 g di robiola - 40 g di parmigiano grattugiato - 30 g di ricotta dura - 4 cipolle bionde medie - 20 olive taggiasche - 1/2 limone - 3 rametti di maggiorana - 3 rametti di timo - 1 spicchio d'aglio - 1 cucchiaino colmo di zucchero di canna - 1 dl di brodo - 40 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Disponete la farina a fontana, rompete le uova al centro e lavorate il tutto per almeno 10 minuti. Avvolgete l'impasto con pellicola per alimenti e lasciatelo riposare per 30 minuti.
● **2** Nel frattempo pulite i carciofi eliminando il gambo, le foglie esterne più dure e il fieno interno. Poi riduceteli a fettine molto sottili e metteteli a bagno in acqua acidulata con il succo del limone. Sbucciate l'aglio, schiacciate lo spicchio e fatelo dorare in una padella con 4 cucchiai di olio. Unite i carciofi sgocciolati e una presa di sale e cuocete coperto per 10 minuti. Lasciate raffreddare, quindi tritate i carciofi grossolanamente e mescolateli con la robiola, il parmigiano, le foglioline di maggiorana tritate e una macinata di pepe.
● **3** Sbucciate le cipolle, tagliatele a lamelle sottilissime e stufatele con il burro, il brodo e una presa di sale in una padella con il coperchio su fiamma bassa per 25 minuti. Poi unite lo zucchero e una macinata di pepe e proseguite la cottura per 5 minuti.
● **4** Stendete la pasta in sfoglie sottili e ricavatene tanti quadrati di 4 cm di lato. Distribuite il composto ai carciofi su metà di essi e poi coprite con i quadrati rimasti. Sigillate i ravioli premendo i bordi con le dita (inumiditeli appena se necessario) e cuoceteli in acqua salata in ebollizione leggera per 4-5 minuti. Sgocciolateli con la schiumarola e trasferiteli nella padella con le cipolle. Unite le olive e mescolate delicatamente e fuoco basso. Servite i ravioli e completate con una macinata di pepe, le foglioline del timo e la ricotta scaglie.

MEDIA
● **Preparazione 1 ora**
● **Cottura 45 minuti**
● **295 cal/porzione**



ROTOLO DI AGNELLO AL FORNO CON MINI PUDDING

PER 6 PERSONE
1 spalla d'agnello disossata e aperta a libro - 1 limone non trattato - 1 dl di aceto di mele - 1 cucchiaio di zucchero di canna - 5 rametti di rosmarino - 4 teste d'aglio - 3 dl di brodo vegetale - olio extravergine d'oliva - sale - pepe
per i pudding: 100 g di farina - 1 dl di latte - 2 uova - sale

● **1** Preparate l'agnello. Mescolate l'aceto con lo zucchero. Lavate la spalla di agnello, asciugatela e mettetela in una grossa ciotola. Versatevi sopra l'aceto, salate, pepate e lasciate marinare in luogo fresco per 3 ore girando la carne di tanto in tanto. Intanto, lavate il limone e grattugiate la scorza. Tritate finemente 3 rametti di rosmarino e mescolatelo con la scorza di limone e una presa di sale.
● **2** Scolate la spalla di agnello (tenete da parte la marinata), asciugatela e cospargetela con il trito preparato. Arrotolatela e legatela con più giri di spago da cucina. Rosolatela su tutti i lati in una casseruola con 5 cucchiai di olio. Bagnate con la marinata e un mestolino di brodo caldo e aggiungete le teste d'aglio tagliate a metà. Mettete il coperchio, trasferite in forno caldo a 180° e cuocete per circa 1 ora aggiungendo via via il brodo caldo restante e bagnando la carne con il fondo di cottura.
● **3** Preparate i pudding. Dopo aver tolto l'agnello dal forno, alzate la temperatura a 220° e infornate per 10 minuti uno stampo da 8 muffin con un cucchiaino d'olio in ogni cavità. Miscelate la farina con il latte, le uova e una presa di sale. Levate la teglia dal forno, versate la pastella negli stampi bollenti e cuocete in forno per 15 minuti. Servite la carne a fette con l'aglio, i pudding ben caldi e il fondo di cottura dell'arrosto. Decorate con il rosmarino rimasto.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti**
● **Cottura 1 ora e 25 minuti**
● **290 cal/porzione**

TORTA DI CIOCCOLATO E PISTACCHI CON OLIVETTE DI MARZAPANE

PER 8 PERSONE
100 g di farina - 2 uova - 300 g di pistacchi sgusciati - 100 g di zucchero - 200 g di cioccolato fondente - 70 g di cacao amaro in polvere - 2 dl di latte - 2 cucchiaini di lievito per dolci - olio di arachide - sale
per le olivette: 100 g di marzapane - 40 g di zucchero - coloranti alimentari verde e marrone - 1 rametto di ulivo - zucchero al velo

● **1** Preparate la torta. Scottate i pistacchi in acqua in bollente per 1 minuto, scolateli, racchiudeteli in un canovaccio e sfregateli tra di loro in modo da eliminate la pellicina che li riveste. Tritatene 150 g nel mixer con lo zucchero fino a ottenere una polvere. Mescolate la farina, il cacao setacciato, il lievito e un pizzico di sale. Sbattete le uova con 1,2 dl di olio e il latte e amalgamate il tutto con il composto di farina.
● **2** Versate l'impasto in uno stampo a cerniera di 18 centimetri di diametro rivestito con carta da forno e cuocete la torta in forno caldo a 180° per 40 minuti. Levatela dallo stampo e lasciatela raffreddare su una gratella.
● **3** Tritate nel mixer i pistacchi rimasti fino a ridurli in crema. Tagliate la torta in due strati, spalmate la base con la crema di pistacchi e ricomponete il dolce. Tritate finemente il cioccolato e fatelo sciogliere a bagnomaria con 2 cucchiai di olio. Versate la glassa sulla torta e spalmatela con una spatola.
● **4** Preparate le olivette. Lavorate il marzapane con una goccia di colorante verde e una goccia di quello marrone in modo da ottenere un color verde oliva, formate delle olivette, passatele nello zucchero e disponetele sulla torta. Completate con l'ulivo spolverizzato con lo zucchero al velo.

MEDIA
● **Preparazione 45 minuti**
● **Cottura 45 minuti**
● **730 cal/porzione**

CROSTATA DI RICOTTA, MELE E AMARENE

PER 8 PERSONE
250 g di farina - 160 g di burro - 120 g di zucchero - 1 tuorlo - 200 g di ricotta - 4 mele Golden - una dozzina di amarene sciroppate - un limone non trattato - sale

● **1** Mettete la ricotta a sgocciolare in un colino. Impastate la farina con 140 g di burro a dadini, 80 g di zucchero, un pizzico di sale e la scorza del limone grattugiata (otterrete un composto di briciole). Unite il tuorlo, formate un panetto e mettetelo in frigo coperto per almeno 30 minuti.
● **2** Sbucciate le mele, tagliatele a fettine e cuocetele in padella con il succo di limone, il burro e lo zucchero rimasti per 7-8 minuti, finché inizieranno a dorare. Lasciatele raffreddare e mescolatele insieme al loro fondo di cottura con le amarene e la ricotta a fiocchetti.
● **3** Stendete 2 terzi dell'impasto in una sfoglia di 3 mm di spessore e adagiatela in uno stampo antiaderente da crostata di 18 cm di diametro. Bucherellate il fondo con una forchetta e riempite con il composto di mele e ricotta. Stendete la pasta rimasta, tagliatela in strisce e adagiate queste ultime sul ripieno incrociandole a cestino. Cuocete la torta nella parte bassa del forno caldo a 180° per circa 40 minuti. Servite freddo.

FACILE
● **Preparazione 35 minuti + riposo**
● **Cottura 50 minuti**
● **400 cal/porzione**


PASTA ALL'UOVO
LUCIANA MOSCONI
250g
Tagliatelle all'uovo
LUCIANA MOSCONI
CONTRIBUISCE
A PROTEGGERE
LA NATURA.
Nessuna
può battere
l'originale
Ruvida, tenace.
Marchigiana.
Imitatissima ma inimitabile.
La ricetta di famiglia originale
di Luciana Mosconi.
seguici su
LUCIANA MOSCONI®
La Signora delle Tagliatelle



Un dolce per un'occasione speciale merita ingredienti speciali, come i miei **AMARETTI D'ITALIA** e i SAVOIARDI **VICENZOVO** con farina macinata a pietra.

Scopri le mie ricette su:
www.matildevicenzi.it

PASTICCERIA
MATILDE VICENZI

Dolcezza al femminile.

Composizione di primavera

IN UN NIDO DI MUSCHIO, INVECE DEI PULCINI, DALLE UOVA FANNO CAPOLINO FIORI E RAMI

a cura di Silvia Bombelli, realizzazione di A. Pavanello, foto di Francesca Moscheni



1



2



3



PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

occorrente: 1 piatto fondo di ceramica o di terracotta - 1 pezzetto di spugna per fioristi - Patafix o plastilina - 7 uova con il guscio bianco - 2 o 3 zolle di muschio - 3 foglie di galax - 12 fiori di saxifraga rosa - 3 ranuncoli rosa e verdi - alcuni rametti di ciliegio fiorito

● **1** Rompete la punta delle uova con un coltellino e svuotatele. Lavate i gusci, sgocciolateli e asciugateli delicatamente. Bagnate la spugna, tagliatela a pezzetti e inseritene un paio in ogni guscio.
● **2** Fissate al piatto la base dei gusci d'uovo, ben distanziati, con un pezzetto di Patafix o di plastilina. Cospargete tutt'attorno il muschio per coprire omogeneamente il piatto.
● **3** Accorciate i gambi e infilate nel muschio 2 foglie di galax. Posizionate la terza foglia in un uovo sul lato della composizione. Riempite i gusci con i fiori di saxifraga, i ranuncoli e i rametti di ciliegio infilandoli nei pezzetti di spugna per fissarli. Alternate altezze e colori per creare una composizione armoniosa e infilate qualche fiorellino di saxifraga anche nel muschio. Di tanto in tanto nebulizzate la composizione con acqua fredda in modo che resti fresca.

Cooking Chef Kenwood il tuttofare in cucina

POTETE USARLO PER TRITARE, MONTARE, IMPASTARE, FRULLARE, MA ANCHE PER CUCINARE. BASTA IMPOSTARE TEMPERATURA E VELOCITÀ DI MESCOLAMENTO E LUI LAVORA AL VOSTRO POSTO



UN FUORICLASSE GASTRONOMICO

Cooking Chef Kenwood è uno strumento innovativo, che vi fa risparmiare tempo e fatica, con risultati sorprendenti: uno chef che trita, monta, sminuzza, frulla, grattugia e che cuoce, anche al vapore, rosola e brasa, facendo tutto da solo.

STENDE LA PASTA

Basta impastare uova e farina con il gancio, fino a ottenere un composto sbriciolato; poi passare il tutto, un po' alla volta, nella sfogliatrice, partendo dallo spessore più largo e arrivando man mano a quello desiderato.

CUOCE RAGÙ E BRASATI

Preparate il soffritto scelto, poi unite le carni, mescolando con il gancio per la cottura. Versate il vino, fatelo evaporare; poi portate a cottura.

GRATTUGIA

Il tagliaverdure a rulli è un utile optional perché, con i suoi cilindri, sminuzza verdure, salumi, frutta secca, cioccolato, ecc. E ha un apposito rullo per grattugiare il formaggio.

Scopri altre ricette su kenwoodclub.it

Scarica la nuova APP

Kenwood è anche su:

MACCHERONCINI CON RAGÙ DI VITELLO, UOVA E ASPARAGI

PER 4 PERSONE
250 g di farina 0 - 5 uova - 600 g di polpa di vitello - 150 g di pancetta - 1 costola di sedano - 1 carota - 1 grossa cipolla o 2 più piccole - vino bianco - 500 g di asparagi - parmigiano reggiano grattugiato - burro - brodo - olio extravergine d'oliva - sale, pepe

● **1** Versate 250 g di farina e 2 uova nel Cooking Chef e azionatelo per un minuto con il gancio impastatore: dovrete ottenere delle briciole.

● **2** Montate il torchio con la trafila per maccheroncini. Versate gradualmente l'impasto sbriciolato nell'imboccatura e, man mano che esce la pasta dalla trafila, ricavate maccheroncini lunghi 3-4 cm.

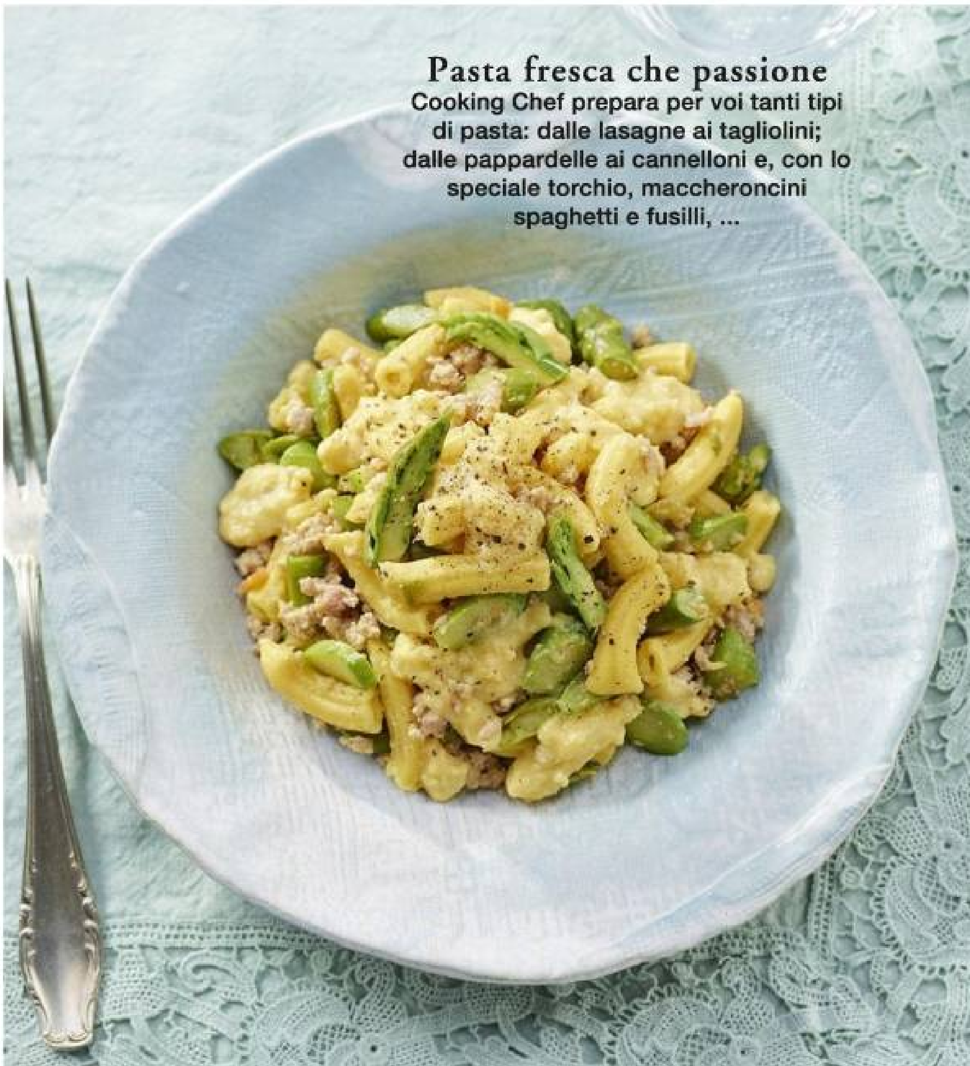
● **3** Mettete il macinacarne sul Cooking Chef Kenwood e macinate la pancetta e poi la polpa di vitello tagliata a pezzi.

● **4** Montate il food processor sul Cooking Chef e tritate la cipolla e la carota spellate e il sedano pulito. Pulite gli asparagi, eliminando la parte più dura, lavateli, spellate i gambi con un pelapatate e tagliateli a pezzetti. Scottateli per qualche minuto in acqua bollente salata, sgocciolateli con un mestolo forato, conservando l'acqua di cottura, e passateli sotto acqua fredda corrente.

● **5** Inserite il gancio con spatola a spirale, impostate la temperatura a 110° per soffriggere gli asparagi con una noce di burro, regolate di sale e pepate. Procedete allo stesso modo con il trito di verdure, sale, pancetta macinata e un filo d'olio a velocità di mescolamento (1) per 5-10 minuti. Unite la carne e lasciatela soffriggere per circa 15 minuti. Bagnate con 1 bicchiere di vino bianco, lasciatelo evaporare e proseguite la cottura a 90° per circa 1 ora, unendo gradualmente poco brodo, se necessario.

● **6** Sistemate la frusta a filo sul Cooking Chef, impostate la temperatura a 95° e fatevi fondere una noce di burro, aggiungete le uova rimaste e proseguite la cottura per circa 3-4 minuti a velocità di mescolamento (1), incorporando qualche pezzetto di burro e poco parmigiano reggiano grattugiato, fino a ottenere un composto cremoso; poi regolate di sale e pepate. Lessate la pasta al dente in acqua bollente salata, scolatela, conditela con le uova strapazzate, il ragù e gli asparagi e servite, se vi piace, con parmigiano reggiano grattugiato.





Pasta fresca che passione

Cooking Chef prepara per voi tanti tipi di pasta: dalle lasagne ai tagliolini; dalle pappardelle ai cannelloni e, con lo speciale torchio, maccheroncini spaghetti e fusilli, ...

La mensa del pellegrino

CIBO DI GRANDE DURATA NELLO ZAINO, PIATTI CALDI NELLE LOCANDE. DAGLI STUFATI AI PANI, SONO NATE COSÌ LE RICETTE DEI VIANDANTI. DA RISCOPRIRE LUNGO ANTICHI CAMMINI

a cura di A. Gnocchi, testo di Massimo Montanari (storico dell'alimentazione), in cucina Alessandra Avallone, foto di Adriano Brusaferri, styling di Alessandro Pasinelli Studio
ricette ispirate a "Ricette e segreti dei monasteri", di Laurence e Gilles Laurendon (Guido Tommasi Editore), "La cucina dei pellegrini", di Marina Cepeda Fuentes (Edizioni Paoline)



Martin Sheen nel film "Il cammino per Santiago" (2010), diretto da Emilio Estevez. Nell'altra pagina, tovagliolo Linum, bicchiere in ceramica Asa Selection. Indirizzi a pagina 6

Precisiamolo subito: il "pellegrino" è un'astrazione che in qualche modo dobbiamo riportare alla sua concreta dimensione sociale. Il signore e il contadino, il monaco e il borghese, il ricco e il povero potranno incrociarsi nel viaggio verso i luoghi santi, Roma, Santiago, Gerusalemme. Ma non si sposteranno, non dormiranno, non mangeranno tutti allo stesso modo. In ogni caso sarà importante che abbiano



con sé cibi ben conservabili, che possano accompagnarli lungo il viaggio. Ecco perché un elemento primario della dotazione del pellegrino è il pane, eventualmente farcito: la tradizione dei panini, delle focacce ripiene, delle empanadas (come quella proposta in questo servizio) incrocia volentieri al tema del viaggio. Magari diventerà asciutto, talvolta molto duro: questo pane si potrà utilizzare solo dopo averlo bagnato nell'acqua o nel vino. Altri cibi a lunga conservazione lo affiancheranno: salumi, formaggi, carni secche. Per bere, acqua di fonte o un po' di vino, aiutandosi con una capasanta svuotata appesa al collo, la "conchiglia di San Giacomo" divenuta nel Medioevo il vero emblema del pellegrino. Ma non dobbiamo immaginare il nostro viandante soltanto con le vivande in spalla.

> segue a pag.34





> *segue da pag. 33*

Ristoro per l'anima e per il corpo

Di tanto in tanto, egli si fermerà in un luogo di ristoro: la taverna e l'osteria fanno parte dell'esperienza di viaggio almeno quanto i santuari e le edicole votive. La prima guida per pellegrini – quelli diretti a Santiago di Compostela – risale al XII secolo e contiene informazioni non solo sui luoghi di preghiera in cui sostare durante il percorso, ma anche su quelli in cui mangiare e dormire. Nei centri urbani i gestori dei posti di ristoro si organizzeranno in corporazioni e si doteranno di statuti, per regolamentare le norme di attività e i prezzi dell'alloggio, la tipologia del cibo da offrire ai viandanti. Uno Statuto dell'arte degli albergatori è emanato a Firenze nel XIV secolo.

> *segue a pag. 37*

EMPANADAS DE SARDINAS

PER 6 PERSONE
per la pasta: 750 g di farina 00 - 50 g di lievito di birra fresco - 2 dl di vino bianco secco - 3 cucchiai di strutto - 3 cucchiai d'olio d'oliva - sale
per il ripieno: 1 kg di sardine fresche - 4 cipolle - 4 peperoni rossi e verdi - 400 g di pelati - 1 cucchiaio di prezzemolo tritato - 1 cucchiaino di paprica affumicata - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Preparate l'impasto. In una ciotola, mettete la farina e unitevi il lievito sciolto in 2 dl di acqua tiepida, lo strutto fuso, l'olio e mescolate. Unite il vino intiepidito e il sale, impastate per 10 minuti e lasciate lievitare la pasta per 2 ore.
● **2** Preparate il ripieno. Pulite le sardine. In una padella con 3 cucchiai d'olio, soffriggete le cipolle e i peperoni mondati e tritati. Unite la paprica, i pelati, salate e cuocete 15 minuti. Unite 2 sardine, fatele sciogliere e togliete dal fuoco.
● **3** Stendete l'impasto in una sfoglia abbastanza spessa e ripiegatelo in quattro formando un panetto; ripetete più volte l'operazione, poi dividetelo in due parti, una un poco più grande dell'altra, e stendetele in due dischi del diametro di 35 cm e 30 cm. Con quello più grande foderate una teglia oliata di 30 cm di diametro. Distribuitevi metà della salsa, metà dei filetti e spolverizzate con metà prezzemolo. Ripetete l'operazione con gli ingredienti rimasti, coprite con la sfoglia rimasta e chiudete i bordi. Spennellate con l'olio e infornate a 180° per 50 minuti.

MEDIA
● **Preparazione 1 ora e 10 minuti + riposo**
● **Cottura 20 minuti** ● **760 cal/porzione**



CAPESANTE ALLA GALIZIANA

PER 6 PERSONE
12 capesante - 1 limone - 2 cipolle - 1 cucchiaio di paprica dolce - 100 g di pane grattugiato - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Aprite le capesante e, staccate i molluschi, privateli della membrana esterna, lavateli sotto l'acqua corrente, irrorateli con succo di limone, salateli e teneteli da parte. Lavate le valve concave e tenetele da parte.
● **2** In una padella, con 5 cucchiai d'olio fate soffriggere le cipolle sbucciate e tritate; poi, unite la paprica e il pane grattugiato, mescolate bene e togliete dal fuoco.
● **3** Mettete 1 mollusco in ogni valva concava, e ricopritele con il composto appena preparato; fate dorare in forno a 200° per 10 minuti circa e servite.

FACILISSIMA
● Preparazione 10 minuti ● Cottura 10 minuti
● 200 calorie/porzione

Fondo impiallacciatura Alpi, bicchiere Fasano Ceramiche, posata Broggi, tovagliolo Asa Selection.
Nell'altra pagina: a sinistra, fondo impiallacciatura Alpi.
Indirizzi a pagina 6

BRODETTO PASQUALE

Fondo impiallacciatura Alpi, casseruola Wald, tovagliolo Linum. Nell'altra pagina: a destra, bicchiere Leonardo; in basso, pentola Wald. Indirizzi a pagina 6

PER 4 PERSONE

500 g di carne di manzo - 500 g di carne di agnello - 2 cipolle - 2 carote- 2 costole di sedano - 5 steli di prezzemolo - 2 foglie di alloro - 1 cucchiaino di pepe nero in grani - 3 chiodi di garofano - sale - 6 tuorli - 1 limone - 8 fette di pane - sale - pepe

● **1** Portate a ebollizione 2 l circa di acqua, salate e unite le verdure pulitee tagliate a grossi pezzi, gli aromi e le spezie. Quando riprende il bollore, aggiungete la carne di manzo, coprite e lasciate cuocere per 1 ora circa; quindi, aggiungete la carne di agnello e cuocete ancora per 45 minuti circa. A cottura ultimata togliete la carne, tenendola in caldo, e filtrate il brodo.
● **2** In una ciotola, sbattete i tuorli con il succo del limone e un pizzico di sale, poi unite 1 l circa di brodo bollente continuando a mescolare con un cucchiaio di legno. Trasferite il composto in una casseruola e fate addensare la zuppa a fuoco moderato, continuando a mescolare per 10 minuti circa. La zuppa non deve mai bollire altrimenti l'uovo si "straccia".
● **3** Versate la zuppa nei piatti fondi, profumate con il pepe e servite con le fette di pane tostate. Potete servire la carne bollita come secondo.

MEDIA ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 2 ore ● 170 cal/porz.



STUFATO DELLO SPIRITO SANTO

PER 6 PERSONE
400 g di spalla di manzo - 400 g di capocollo di maiale - 400 g di coscia di agnello - 2 spicchi di aglio - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 mazzetto guarnito (alloro, timo, salvia e 1 foglia di porro) - 1 bottiglia di vino banco secco - 500 g di patate - 2 carote - 2 cipolle - 2 porri - 4 costole di sedano - 1 cucchiaino di paprica dolce - angelica fresca o secca - sale - pepe

● **1** La sera precedente, tagliate le carni a dadi di circa 3 cm di lato. Metteteli in una ciotola con l'aglio sbucciato, le foglie di prezzemolo, il mazzetto guarnito e il vino, lasciateli marinare per tutta la notte.
● **2** Il giorno dopo, pelate le patate e tagliatele a cubi della stessa dimensione di quelli della carne; raschiate le carote, lavate i porri e tagliateli a tocchetti; private le costole di sedano dei filamenti e tagliatele a tochetti, spellate e affettate le cipolle.
● **3** In una casseruola, disponete in uno strato le cipolle e le patate, aggiungete le carote, i porri, il sedano e terminate con le carni scolate dalla marinata. Bagnate la preparazione con 2/3 della marinata filtrata, condite con le foglie di angelica e la paprica, salate e pepate. Coprite la casseruola e cuocete in forno a 120° per 3 ore, mescolando di tanto in tanto.

FACILE
● **Prep. 15 minuti + marinatura**
● **Cottura 3 ore** ● **360 cal/porzione**





> segue da pag. 34

Dal Medioevo ai giorni nostri

I cibi offerti dai tavernieri erano a lunga conservazione o piatti già pronti da riscaldare: zuppe di verdure e di legumi, minestre, intingoli e stufati: il "Brodetto pasquale" e lo "Stufato dello Spirito Santo" sono validi esempi. Si usava anche la "gelatina di pesci", la cui preparazione è codificata nel Trecento dall'*Anonimo toscano*: cuocere i pesci nel vino e nell'aceto e metterli da parte; nello stesso liquido bollire cipolle, arricchite di spezie; cospargere il pesce con il composto e far raffreddare. "Questa è schibezia da tavernaio", commenta il ricettario, assegnando a tale vivanda (lo "scapece" ancora oggi conosciuto con questo nome di origine araba) la tipica identità di un cibo di strada.

> segue a pag. 40



IPPOCRASSO (VINO SPEZIATO)

PER 1 L DI VINO
1 bottiglia di vino rosso - 1 mela - 180 g di zucchero - 2 chiodi di garofano - 2 stecche di cannella - 1/2 cucchiaino di semi di coriandolo - 1/2 cucchiaino di noce moscata in polvere - 3 grani di pepe - 1 limone non trattato - 1 arancia non trattata

● **1** Lavate la mela, eliminate il torsolo, quindi tagliatela a grossi dadi. Versate il vino in una caraffa, aggiungete lo zucchero e mescolate fino a quando non si è sciolto.
● **2** Unite le spezie, il succo e la buccia del limone, la buccia dell'arancia e i dadi di mela. Lasciate macerare almeno 2 ore al fresco, e servite. Questa bevanda è perfetta per il "Pane dolce" di pagina 40.

FACILISSIMA
● **Preparazione 10 minuti + riposo**
● **Cottura nessuna** ● **255 cal/porzione**

Brocca Fasano, bicchiere Leonardo, bottiglia Bormioli Rocco. Nell'altra pagina, piatti Nuova Serpentino d'Italia, tovagliolo Linum. Indirizzi a pagina 6



IN CAMMINO SULLE VIE DI SAN FRANCESCO
L'Italia è terra di pellegrinaggi e a chi voglia cimentarsi in questo tipo di viaggio propone molte mete affascinanti. Tra queste ci sono i luoghi francescani, di cui si occupa il consorzio "Umbria & Francesco's Ways" (www.umbriafrancescosways.eu), diretto dalla dottoressa Raffaella Rossi.
Che cosa offre il consorzio a turisti e pellegrini?
Grazie al lavoro di 150 imprese, copriamo i settori della ricettività, della ristorazione e dei servizi nei territori dell'Umbria e del Lazio. Abbiamo iniziato con "Le vie di Francesco", ma ora ci occupiamo di itinerari che vanno dalla via Lauretana a quella Francigena.
Chi viene in queste zone può mangiare piatti tipici della cucina dei pellegrini?
Sì, grazie alle eccellenze del territorio, che sono le stesse dei secoli scorsi. Ma soprattutto grazie alla ricerca storica che ci ha permesso di ricostruire un vero e proprio "Menu del pellegrino". Ora siamo in grado di proporre le autentiche ricette medievali, dai "Picioni fogati" ai "Raviuoli ripieni di erbe cascio". Naturalmente, lo facciamo con piccoli accorgimenti messi a punto dai nostri chef che le adattano al gusto di oggi.
E come garantite la qualità?
In partenza, con l'impiego di materie prime a "chilometro zero". Poi, con il rispetto di un disciplinare per la lavorazione e la preparazione dei diversi piatti, che abbiamo approvato da poco e al quale sta aderendo un numero sempre maggiore di locali.

Enrico Saravalle



TORTILLA EN SALSA DE CLAVIJO

PER 6 PERSONE
6 uova - 200 g di mollica di pane raffermo - 1 cucchiaio di farina - 1 dl di brodo di carne - 1 dl di latte - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 cucchiaino di cannella in polvere - 1 chiodo di garofano - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** In una ciotola, sbattete le uova. A parte, bagnate la mollica di pane nel latte, strizzatela bene, unitela alle uova sbattute, salate e amalgamate bene gli ingredienti. In una padella, scaldate 1 cucchiaio d'olio, versate il composto preparato e cuocete la frittata facendola dorare su entrambi i lati. Lasciatela raffreddare e tagliatela a spicchi.
● **2** Riducete in polvere il chiodo di garofano, mescolatelo con il prezzemolo tritato finissimo, trasferite il composto in una ciotolina, bagnatelo con il brodo e aggiungete la cannella. In una casseruola, fate dorare la farina, versate la miscela preparata e, appena prende il bollore, unite la frittata e lasciate cuocere per 5 minuti circa. Quando la salsa comincia ad addensare, togliete dal fuoco e servite.

MEDIA
● Preparazione 10 minuti ● Cottura 15 minuti ● 205 cal/porz



Tagliere Zara Hiome.
Indirizzi a pagina 6

PANE DOLCE

PER 6 PERSONE
500 g di farina semintegrale di frumento - 15 g di lievito di birra fresco - 2 dl di latte - 100 g di zucchero di canna - 90 g di crema di nocciole - 80 g di gherigli di noce - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** In una ciotola, mettele la farina, lo zucchero, la crema di nocciole, il lievito sciolto in 1 dl di acqua tiepida e 1 cucchiaio d'olio. Cominciate a impastare, aggiungete 2 cucchiaini di sale, i gherigli tritati grossolanamente e, poco alla volta, il latte tiepido. Lavorate gli ingredienti per circa 10 minuti, fino a quando l'impasto diventa liscio ed elastico. Formate una palla e lasciatela lievitare in una ciotola coperta con un canovaccio, in luogo tiepido per 2 ore circa.
● **2** Quando la pasta è lievitata, piegatela 2-3 volte su se stessa e trasferitela in uno stampo da plumcake lungo 24 cm e largo 8 cm foderato con la carta da forno. Lasciate lievitare ancora per 1 ora.
● **3** Trasferite lo stampo in forno a 240° per 35 minuti, quindi abbassate a 210° e continuate la cottura ancora 10-15 minuti, coprendo la superficie con un foglio di carta da forno se dovesse scurire troppo. Sfornate, fate raffreddare il pane su una gratella e servitelo a fette.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti+ riposo**
● **Cottura 50 min.** ● **495 cal/porz.**

> segue da pag. 37

La minestra del cuoco del Papa

Una ricetta definita "per pellegrini" si trova in un ricettario italiano del XV secolo, scritto da Giovanni Bockenheym, un cuoco di origine tedesca che lavorava alla corte di papa Martino V. La minestra di fave, cotte in acqua e vino bianco, diceva, "sarà buona per i chierici vaganti e per i pellegrini". Oltre al cibo che portava con sé e a quello che poteva trovare a pagamento nelle taverne di strada, il viandante aveva una terza possibilità: l'ospitalità gratuita dei centri religiosi. Anche qui avrebbe trovato cibi pronti, carni secche, pesci in conserva, formaggi, salumi e pane. Un sobrio ristoro, un bicchiere di vino, un giaciglio su cui riposare e poi via, di nuovo in viaggio.



SCELTO DA
GAMBERO ROSSO
Città del gusto®



Ditelo con i fiori. Fritti.

**CARTAPAGLIA FOXY:
PERFETTA CON IL FRITTO, PERFETTA CON TUTTO.**

Potete usarla per i fritti. Potete usarla come tovagliolo. Potete usarla per asciugare. Potete usarla per pulire. Potete usarla come volete: Cartapaglia Foxy vi assicurerà sempre un risultato straordinario. Perché con le sue cellulose accuratamente selezionate e la nuova trama con vortici superassorbenti, Cartapaglia Foxy è ancora più morbida e più resistente. Cartapaglia Foxy: l'asciugatutto a prova di fritto, l'asciugatutto a prova di tutto.



FOXY. PICCOLI COLPI DI GENIO.



Qualità garantita e origine certa.

La marca di **produttori italiani** che coltivano, allevano e lavorano per un sano mangiare tutto biologico.

Almaverde® bio

volersi bene

www.almaverdebio.it

Seguici su

Il nettare più puro

IL VINO NON SOFISTICATO DÀ BENESSERE E VIGORE. PERFETTO PER I PELLEGRINI IN CAMMINO VERSO I LUOGHI SACRI (PAG. 32)

di Sandro Sangiorgi, a cura di Monica Pilotto

ENERGIA DAL LIQUIDO ODOROSO

Il vino è stato compagno fedele del pellegrino. Le sue qualità alimentari, lungi dall'essere quelle decisive alla scelta di berlo, hanno sorretto generazioni di persone dirette verso mete religiose, soprattutto nelle epoche in cui i comfort di viaggio non erano quelli di oggi. A distinguere quei prodotti spontanei e poco raffinati era la capacità di donare benessere, di aggiungere qualcosa all'organismo umano senza fiaccarlo.
L'alcol, l'elemento fondante del vino, è impegnativo per il nostro metabolismo, questo il motivo della prudenza nel consumo. Tuttavia molti dei liquidi prodotti e venduti nella nostra epoca non sono poco digeribili per colpa dell'alcol, ma perché elaborati e depurati privandoli della loro unità, e quindi anche di quel potere curativo che proviene direttamente dalla terra. Esattamente la medesima qualità richiesta alla cucina presentata nel nostro servizio: nutrire nel senso più completo del termine.

NATURALE È MEGLIO

Il vino ottenuto da procedimenti naturali, integro, spontaneo e genuino, se è prodotto correttamente e non presenta gravi difetti, esprime la propria superiorità nel rapporto col cibo, in particolare quando supera i confini del territorio d'origine e va a incontrare ricette native di altri paesi. Come accade al bianco dell'Italia centrale a base di Trebbiano che sente vicine le ricette di pesce dell'Atlantico, alle quali dona la sua elegante sapidità. È la Toscana interna a produrre i rossi a base di Sangiovese che non temono la complessità degli stufati dalle lunghe cotture, carni dalla fibra appena sfaldata che sotto questa morbidezza nascondono un gusto denso e profondo. La generosa maturità di una Barbera, ottenuta tra la Lombardia e l'Emilia, accoglie minestre e brodi corroboranti, evitando di contrastare in modo netto le sensazioni grasse e preoccupandosi di "pulire" la bocca solo alla fine, quando il gusto si è espresso pienamente. Ai rosati pieni di luce spetta il compito di accompagnare la cucina mediterranea e di far sentire tutta vitalità del sole sulle uova, una delle materie più ricorrenti nella cucina dei pellegrini.





ASCARO BARBERA 2009
Az. Agr. Biodinamica Fausto Andi, Montù Beccaria (PV), 0385 277245, 11 €.
Il vignaiolo Fausto Andi ha una concezione radicale del rapporto con la terra, per questo i suoi vini possiedono un'intensità graduale e coinvolgente, tanto da poter gratificare la ricchezza vellutata del brodetto pasquale (pag. 36).

VIÑA TONDONIA ROSADO
López de Heredia, Rioja Alta, distr. da Teatro del Vino, 055 8811394, 15 €.
La cucina sul cammino di Compostela merita un vino spagnolo capace di sentire ingredienti di terra e di mare in combinazione tra loro, un setoso e crepuscolare rosato della Rioja, ideale sulla fragranza delle empanadas, efficace sulla speziata voluttà della tortilla (pag. 34 e 39).

ORCIA ROSSO "CAPITONI"
Marco Capitoni, Pienza (SI), 338 8981597, 13 €.
Il Sangiovese della Val d'Orcia conserva la sua innata autorevolezza e la arricchisce di preziose sfumature se accompagnato dal Merlot, come in questo Rosso verace, sensuale, paziente, perfetto per sposare lo stufato (pag. 37).

VINO BIANCO 2014
Podere Orto, Treviniano (VT), 335 8335950, 14 €.
Prodotto con una prevalenza di Procanico, varietà di Trebbiano diffusa tra Umbria, Lazio e Toscana, il Bianco dell'azienda biodinamica Podere Orto, servito a 12°, espande la sua energia e va a cogliere l'intima delicatezza delle capesante alla galiziana (pag. 35).



Lasagne di Pasqua

SEI FARCITURE DI STAGIONE, ORIGINALI E RAFFINATE OMAGGIANO LE SFOGLIE FATTE A MANO, CON FARINA, ACQUA, UOVA E UN TOCCO DI CREATIVITÀ

a cura di Daniela Falsitta, ricette di Livia Sala, foto di Stefania Giorgi, styling di Sara Farina, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi

In questa pagina: grembiule in puro lino azzurro polvere di Once Milano. Nella pagina accanto:vassoio tondo con bordi alti in ceramica distr. Corrado Corradi, tovagliolo in lino di Society Limonta. Indirizzi a pagina 6

LASAGNETTE CON FILIGRANA DI ERBE, GAMBERI E JULIENNE DI ZUCCHINE

PER 4 PERSONE
200 g di farina 00 (più quella per infarinare) - 1 uovo + 3 tuorli - 1 ciuffo di cerfoglio - 1 ciuffo di aneto - 1 ciuffo di ruta - 600 g di gamberi - 4 piccole zucchine - 1 peperoncino fresco - 25 ml di Cognac - 60 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Sbattete leggermente l'uovo con i tuorli e un cucchiaio d'acqua; disponete la farina a fontana, versate le uova al centro e impastate fino a ottenere una palla liscia, avvolgetela nella pellicola e lasciatela riposare mezz'ora. Stendete la pasta con la macchina arrivando allo spessore più sottile e infarinando con cura le sfoglie già pronte. Staccate qualche fogliolina di cerfoglio e di ruta, dei ciuffetti di aneto e premeteli su metà della pasta. Coprite con le sfoglie rimaste, premete un po' con le mani, poi passate un'ultima volta tra i rulli e ricavate tanti rettangoli di 6x8 cm.
● **2** Sgusciate i gamberi; tostate i gusci e le teste in una padella con il burro e qualche rondella di peperoncino, salate e sfumate con il Cognac: fate passare tutto in un setaccio schiacciando bene i gusci. Versate sui gusci qualche cucchiaiata d'acqua calda in modo da raccogliere più condimento possibile, poi emulsionatelo bene con una forchetta. Aggiungete un filo d'olio nella padella e scottatevi le zucchine tagliate a julienne. Dopo pochi istanti aggiungete le code dei gamberi: salate e fate saltare a fiamma vivace per una trentina di secondi.
● **3** Tuffate le sfoglie di pasta in acqua salata in ebollizione e scolatele dopo un paio di minuti. Assemblate le lasagnette direttamente nei piatti caldi, alternando strati di pasta, gamberi e zucchine ed un po' di salsa di burro e gamberi. Decorate, se vi piace, con qualche fogliolina di erba aromatica e servite immediatamente.

MEDIA
● **Preparazione 45 minuti** ● **Cottura 5 minuti** ● **460 cal/porzione**





In questa pagina, tagliere con foro e righe a rilievo fatto a mano di Forme di Farina. Nella pagina accanto: vassoio tondo in ceramica con bordi bassi distr. da Corrado Corradi; sullo sfondo teglia bianca distr. Livellara. Indirizzi a pagina 6

CESTINI VERDI CON ERBETTE, BRIE, PANCETTA E OVETTO DI QUAGLIA

PER 4 PERSONE
250 g di pasta fresca agli spinaci - 400 g di erbette tenere - 250 g di brie - 120 ml di latte - 30 g di parmigiano grattugiato - 40 g di pancetta coppata - 4 uova di quaglia - 1/2 spicchio d'aglio - 30 g di burro - sale - pepe

● **1** Sciacquate le erbette, spezzettate le foglie e fatele appassire per pochi istanti in un tegame coperto (devono rimanere chiare e un po' consistenti). Tagliate a pezzetti il brie e frullatelo con il latte e il parmigiano fino a ottenere una crema liscia. Imburrate 4 ciotoline da forno di 12 cm di diametro.

● **2** Scottate le sfoglie per un minuto in acqua salata, scolatele e stendetele su carta da forno. Mettete sul fondo delle ciotole poca crema di formaggio, poi rivestitele con un disco di pasta ritagliato con una rotella dentellata, in modo che risalga anche sui bordi. Proseguite con un po' di crema di formaggio, qualche erbetta e un altro disco di pasta e proseguite nello stesso modo utilizzando anche i ritagli di pasta. Terminate mettendo sulla superficie di ogni ciotolina un paio di fettine di pancetta coppata, quindi infornate a 190° per 20 minuti, passando alla modalità grill negli ultimi istanti.

● **3** Strofinate un padellino con il mezzo spicchio d'aglio e scioglietevi 10 g di burro: sgusciate le uova con delicatezza sul burro e friggetele un paio di minuti. Guarnite le lasagne con le ovette, regolate di sale e pepate.

FACILE
● **Preparazione 35 minuti** ● **Cottura 25 minuti** ● **595 cal/porzione**

BERE GIUSTO

Le ricette poggiano sull'equilibrio creato da un elemento grasso bilanciato da ortaggi ed erbe: ai vini resta il compito di assecondare i sapori alternando contrasti e assonanze. Un vivido Vermentino di Sennori apre la vena aromatica dello zafferano e del pesto rosso, seguendo la delicatezza del coniglio e della ricotta. All'asciutta Vernaccia di San Gimignano spettano la freschezza delle lasagne di farro e la soavità delle lasagnette ai gamberi; maggiore vigore è utile per domare la ricchezza dei cestini e delle lasagne verdi, dove la varietà e la consistenza degli ingredienti richiede un solare e deciso Cirò Rosato.

LASAGNE ALLO ZAFFERANO CON RAGÙ DI CONIGLIO E MANDORLE

PER 4 PERSONE

280 g di farina 00 più quella per infarinare - 50 g di semola rimacinata di grano duro - 2 bustine di zafferano - 2 uova - 300 g di polpa di coniglio disossata - 500 ml di passata di pomodoro - 1 carota - 1/2 cipolla - 1 costola di sedano - 1 foglia di alloro - 1/2 cucchiaino di cannella in polvere - 300 ml di latte - 50 g di mandorle - 50 g di parmigiano grattugiato - 1 mazzetto di timo - 60 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Preparate un battuto con cipolla, carota e sedano e fatelo appassire con un filo d'olio, la foglia di alloro e un pizzico di sale. Intanto tritate al coltello la polpa di coniglio e rosolatela a parte con pochissimo olio; unite il soffritto alla carne, coprite con la passata di pomodoro, salate e lasciate cuocere a fuoco dolce per 30 minuti. Profumate con pepe e cannella ed eliminate l'alloro.

● **2** Disponete 250 g di farina e la semola rimacinata a fontana: sciogliete lo zafferano in 4 cucchiai d'acqua tiepida e unitelo alla farina insieme alle uova poco sbattute. Impastate fino a ottenere una palla elastica, avvolgetela nella pellicola e fate riposare.

● **3** Sciogliete 30 g di burro in una casseruola, tostatevi la farina rimasta, unite il latte a filo mescolando; fate sobbollire per 4-5 minuti, poi regolate di sale, pepate, coprite con un disco di carta da forno a contatto e lasciate intiepidire.

● **4** Stendete la pasta, infarinatela e ricavate dei rettangoli. Scottateli per un minuto in acqua salata e scolateli man mano su fogli di carta da forno. Imburrate una pirofila e velate il fondo con poca besciamella; fate uno strato di pasta, poi distribuitevi ancora poca besciamella, un po' di ragù, qualche fogliolina di timo e una manciatina di parmigiano. Fate altri strati nello stesso modo, terminando con le mandorle grossolanamente tritate e qualche fiocchetto di burro. Infornate a 200° per 25 minuti. Lasciate riposare una decina di minuti fuori dal forno prima di servire.

MEDIA

● **Preparazione 45 minuti** ● **Cottura 60 minuti** ● **755 cal/porzione**





LASAGNE DI FARRO CON PISELLI, FAVE, PECORINO E SEMI TOSTATI

PER 4 PERSONE
230 g di farina 00 (più quella per infarinare) - 100 g di farina di farro - 3 uova - 150 g di fave - 150 g di piselli - 200 g di pecorino giovane - 40 g di parmigiano grattugiato - 300 ml di latte - 1 spicchio d'aglio - 2 cucchiai di semi (zucca, girasole, lino, sesamo) - 50 g di burro - sale - pepe

● **1** Miscelate in una ciotola 200 g di farina 00 e quella di farro, unite le uova leggermente sbattute. Lavorate un po', poi trasferitelo sul piano di lavoro e continuate fino a che avrete ottenuto una palla liscia ed elastica; avvolgetela nella pellicola e lasciatela riposare.
● **2** Sciogliete 30 g di burro con lo spicchio d'aglio schiacciato, eliminatelo dopo un paio di minuti e unite i 30 g di farina rimasti: fate tostare qualche istante, poi aggiungete il latte a filo mescolando. Cuocete a fuoco dolce per 5 minuti e regolate di sale. Coprite a contatto con un disco di carta da forno e lasciate intiepidire.
● **3** Lessate le fave e i piselli per 10 minuti in acqua appena salata. Affettate sottile il pecorino. Tostate i semi in un padellino senza condimento per 2 minuti. Stendete la pasta con la macchina, infarinando le sfoglie e ricavando dei rettangoli. Lessate 2-3 sfoglie alla volta in acqua salata e scolatele con una paletta forata: raffreddatele sotto il getto del rubinetto e sistematele su carta da forno senza sovrapporle.
● **4** Imburrate una pirofila da 18x25 cm e velate il fondo con poca besciamella; fate uno strato di pasta e altra besciamella, fave e piselli, qualche fettina di pecorino e una manciata di parmigiano. Proseguite fino a terminare gli ingredienti. Completate con i semi, qualche fiocchetto di burro, pepe e infornate a 190° per 25 minuti, passando al grill negli ultimi istanti. Lasciate riposare 10 minuti prima di servire.

MEDIA
● **Preparazione 45 minuti** ● **Cottura 40 minuti** ● **750 cal/porzione**

In questa pagina: tovaglia in puro lino di Society Limonta, teglia vintage con manici in latta smaltata di Noleggiocose. Nella pagina accanto: vassoio in pietra lavica con crocette nere di Made a Mano, vassoio di ceramica fatto a mano di Forme di Farina. Indirizzi a pagina 6

TERRINA AL PESTO ROSSO DI MANDORLE E RICOTTA DI PECORA

PER 6 PERSONE
500 g di pasta fresca per lasagne non troppo sottile - 150 g di mandorle pelate - 350 ml di passata di pomodoro - 1/2 spicchio d'aglio - 1 mazzetto di basilico - 60 g di pomodori secchi sott'olio - 40 g di pecorino grattugiato - 250 g di ricotta di pecora - 80 g di parmigiano grattugiato - un mazzetto di erba cipollina - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Tritate le mandorle nel mixer con l'aglio; unite il pecorino, la passata di pomodoro, i pomodori secchi, qualche foglia di basilico, 4 cucchiai d'olio e un pizzico di pepe: frullate a impulsi per una trentina di secondi.
● **2** Foderate uno stampo a cassetta da 1 l con un foglio di carta da forno bagnato e strizzato, facendolo aderire bene. Lessate 2-3 sfoglie di pasta alla volta in acqua salata: scolatele rivestite lo stampo, lasciando sbordare le sfoglie in modo sufficiente a poterle poi richiudere sul ripieno.
● **3** Spalmate un primo strato di pesto e cospargetelo con fiocchetti di ricotta, un pizzico di parmigiano, una foglia di basilico spezzettata, un pizzico di erba cipollina tagliuzzata e, se vi piace, qualche pezzetto di pomodoro secco; fate altri strati, tagliando a misura le sfoglie di pasta, fino a terminare gli ingredienti. Ripiegate i lembi di pasta che avete lasciato sbordare e completate con una manciata di parmigiano e un filo di olio. Cuocete a 190° per 35 minuti.

MEDIA
● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 40 minuti** ● **600 cal/porzione**



LASAGNE VERDI CON RICOTTA, SALSICCIA, BORRAGINE E ASPARAGI

PER 4 PERSONE
300 g di farina 00 più quella per infarinare - 2 uova - 100 g di spinacini - 250 g di salsiccia al finocchietto - 350 g di ricotta - 50 g di emmentaler - 50 g di asiago stagionato - 2 mazzi di borragine (150 g) - 1 mazzo di asparagi - 25 g di burro - sale

● **1** Scottate gli spinacini al vapore per pochi istanti, poi tuffateli dapprima in acqua e ghiaccio, quindi strizzateli molto bene e frullateli con le uova, infine versate il composto nella farina disposta a fontana. Lavorate gli ingredienti fino a ottenere una pasta liscia, avvolgetela nella pellicola e lasciatela riposare.
● **2** Scottate gli asparagi, cuocendoli 3-4 minuti al vapore: tenetene da parte alcuni interi e tagliate gli altri a fettine. Spezzettate le foglie di borragine in maniera molto grossolana e scottatele al vapore pochi secondi. Spellate la salsiccia, sbriciolatela e rosolatela in una padella antiaderente con poche gocce d'olio. Stendete la pasta con la macchina e ricavatene dei rettangoli; scottatene pochi alla volta per un minuto in acqua salata, scolateli e stendeteli su carta da forno.
● **3** Imburrate il fondo di una pirofila e distribuitevi poca ricotta sbriciolata; fate uno strato di pasta e copritelo con un po' di ricotta, un po' di salsiccia, degli asparagi e della borragine, un po' di emmentaler e asiago grattugiato. Proseguite fino a esaurire gli ingredienti, completando con gli asparagi interi tenuti da parte e qualche fiocchetto di burro. Infornate a 190° per 25 minuti.

MEDIA
● Preparazione 60 minuti ● Cottura 35 minuti ● 800 cal/porzione

Teglia rettangolare vintage con manici in latta smaltata di Noleggiocose. Sullo sfondo, piatti in porcellana con beccuccio di Serax. Indirizzi a pagina 6




BLU
Performance
Una nuova dimensione della freschezza
▪ BioCool – grande freschezza nel cassetto con umidità regolabile
▪ NoFrost – mai più sbrinare
▪ A+++ – grande efficienza energetica
▪ BluPerformance – più volume interno e minori consumi
▪ Volume interno ottimizzato grazie all'innovativa tecnologia di refrigerazione
Il vostro rivenditore sarà lieto di fornirvi ulteriori informazioni tecniche e utili consigli.
EuroCucina
Fiera di Milano
12.–17.04.2016
Siamo lieti di darvi il benvenuto.
Padiglione 9 | Stand A02 A04
BSD
Comunicare valori con Competenza e passione
BSD s.p.a.
Via E. Mattei 84/11
40138 Bologna
www.bsdspa.it
Numero Verde
800-812626
2+1
ANNI DI
Garanzia
nofrost.liebherr.com
LIEBHERR
Qualità, Design e Innovazione



Un bicchierino di pura sostanza: Santhé Sant'Anna è in acqua Sant'Anna, con vero infuso di the, succo di frutta, niente conservanti nè coloranti.
SanThé è un piacere unico, senza glutine: gustalo al limone e alla pesca.

130.000+ like sulla pagina
www.facebook.com/acquasantanna
Inoltre: piace a me, a te e ad 1 Giraffa
www.santanna.it • info@santanna.it

Le eccellenze di Antonio

LO CHEF TUBELLI, APPASSIONATO STUDIOSO DI CUCINA NAPOLETANA, PREPARA PER NOI DUE SUE SPECIALITÀ

di Miriam Ferrari, foto di Michele Tabozzi

Napoli, con la sua cultura, le sue sfaccettature, i suoi indimenticabili sapori è la vera ispiratrice della cucina di Antonio Tubelli; nella Bottega Gastronomica di via Brin si celebra il ritorno al cibo nella sua essenza originaria e si nobilita la cucina di strada seguendo l'esempio delle vecchie friggitorie, dei "maccaronari" e dei "carnacottari" che un tempo animavano i vicoli della città. Tante le proposte, dai fritti leggeri, ispirati alla tempura giapponese, di cui Antonio ha ritrovato il germe proprio in certe antiche ricette monastiche campane, all'intramontabile timballo di maccheroni, preparato, con ingredienti artigianali strettamente locali, in una sottile sfoglia di pasta e foggiato in piccole forme per consentirne l'asporto. Il gradimento è assicurato. Seduto a un tavolino della sua bottega Antonio ama osservare le reazioni dei clienti mentre degustano le sue specialità e, da buon psicologo del cibo, ne trae ispirazione per un prossimo libro.



CUCINA E CULTURA
Antonio Tubelli, sindacalista fino ai tardi anni Ottanta, si appassiona alla cucina grazie alla scoperta di antichi testi della gastronomia napoletana. Nel 1987 apre con il fratello Lucio il Pozzo, Arcigola Slow Food, dove ripropone i piatti della memoria. Dopo aver lavorato come executive chef alla Locanda dell'Angelo di Paracucchi, inaugura la Bottega Gastronomica Timpani &Tempura, divenuta anche sede didattica dell'Università di Scienze Gastronomiche. Ha pubblicato "Leopardi a tavola", "La Cucina Napoletana" e "A tavola con Antonio Tubelli". Timpani&Tempura c/o Eccellenze Campane, via Brin 19, Napoli.



Timpanetti in sfoglia con spaghetti e provolone pag.54



1



2

TIMPANETTI IN SFOGLIA CON SPAGHETTI E PROVOLONE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 g di spaghetti di Gragnano - poco burro - sale
per la sfoglia: 250 g di farina 00 - 150 g di farina 0 - 4 uova - 50 g di olio extravergine d'oliva - sale
per la salsa: 250 g di passata di pomodoro - 200 g di pomodorini del Piennolo - 1 provolone del Monaco* - 150 g di salame Napoli - 1/2 bicchiere di vino bianco - 1 cipolla media - 2 spicchi d'aglio - 1 ciuffo di basilico - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Preparate la pasta per la sfoglia: mescolate in una ciotola le farine con un pizzico di sale, l'olio e le uova, lavorate l'impasto finché è liscio e compatto, sistematelo in una ciotola, copritelo con un telo e fatelo riposare a temperatura ambiente.
● **2** Tagliate il salame prima a listarelle, poi a dadini.
● **3** Prelevate dal provolone uno spicchio di circa 300 g, grattugiatene metà con la grattugia a fori grossi e tagliate il resto a dadini. Immergete i pomodorini in acqua fredda in modo da ammorbidirli, poi schiacciateli uno a uno per eliminare i semi e raccoglieteli in una ciotola.
● **4** In una larga padella fate soffriggere l'aglio sbucciato in poco olio, appena dorato e poi eliminatelo. Aggiungete la cipolla affettata, lasciatela ammorbidire, poi bagnate con il vino.
● **5** Unite i dadini di salame (tenetene un po' da parte) e di provolone, mescolate bene, poi aggiungete la passata di pomodoro. Fate restringere la salsa, infine completatela con i pomodorini e il basilico; regolate di sale e togliete dal fuoco.
● **6** Dividete gli spaghetti a pezzi, lessateli in abbondante acqua salata e scolateli a metà cottura.
● **7** Aggiungete gli spaghetti alla salsa, mescolate e mantecate con il provolone grattugiato.
● **8** Riprendete la pasta e stendetela in sfoglie molto sottili con l'apposita macchina a rulli.
● **9** Tagliate le sfoglie in rettangoli lunghi 15-20 cm e sbollentateli in acqua bollente salata; scolateli, tuffateli in acqua fredda e asciugateli su un canovaccio.
● **10** Imburrate 4 stampini usa e getta e foderateli con le sfoglie preparate, facendole sbordare. Riempiteli con gli spaghetti, unendo anche i dadini di salame tenuti da parte.
● **11** Richiudete con la sfoglia che sborda, avvolgendola bene, spennellate la superficie con burro fuso e passate in forno a 170° per 15-20 minuti, finché i timpanetti saranno leggermente dorati. Lasciateli riposare per 5 minuti e sformateli sui piatti.



3



4



5



6



7



8



1



*Scammaro
In Quaresima i monaci che per motivi di salute dovevano mangiare carne, consumavano i pasti nella loro camera, in napoletano "cammera". Il termine "cammerare" divenne quindi sinonimo di mangiar di grasso e "scammerare" di mangiar di magro. Tra le tante ricette tradizionali di "scammaro" questa spicca per semplicità e gusto intrigante.



9



10

*Provolone del Monaco
È un formaggio Dop prodotto con latte crudo di bovini di razza Agerolese. Si chiama così perché un tempo i casari che sbarcavano all'alba nel porto di Napoli con il loro carico di provoloni, per proteggersi dal freddo si coprivano con un mantello di tela di sacco, simile al saio dei monaci.



11

LINGUINE ALLO SCAMMARO*

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di linguine di Gragnano - 300 g di olive verdi - 200 g di olive nere di Gaeta - 80 g di capperi sotto sale - 100 g di pecorino romano grattugiato - 4 filetti di acciuga di Cetara sott'olio - 2 spicchi d'aglio - un ciuffo di prezzemolo - 3 cucchiai di olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Dissalate i capperi in acqua tiepida. Snocciolate le olive nere schiacciandole con le dita e quelle verdi girando intorno al nocciolo con un coltellino.
Lessate le linguine in abbondante acqua bollente salata.
● **2** Mentre la pasta cuoce fate imbiondire in una padella l'aglio sbucciato con l'olio; eliminatelo e fate sciogliere nel condimento i filetti di acciuga. Aggiungete i capperi scolati, le olive verdi e un mestolino di acqua calda; lasciate insaporire per pochi minuti, poi unite le olive nere. Scolate le linguine al dente e versatele nel tegame con il sugo; mantecate con il formaggio e il prezzemolo tritato.



Omelette

GODURIOSE VARIAZIONI SUL TEMA ISPIRATE ALLA GRANDE TRADIZIONE FRANCESE. PICCOLI CAPOLAVORI DEL GUSTO ARRICHITI DALLE PIÙ SFIZIOSE FACITURE

a cura di Cristiana Cassé, ricette di Paola Volpari, foto di Luca Colombo/Studio XL, stylist Patrizia Cantoni. Scelta dei vini di Sandro Sangiorgi



Piatto e ciotola in vetro di Coin, tessuto Zodio. Indirizzi a pagina 6



Alla tedesca
con salsiccia e patate
pag. 62

Nata in Francia nel 1500, l'omelette è parente stretta della frittata, ma si differenzia da questa perché cuoce da un lato solo e poi viene piegata a portafoglio nendo così un cuore molto morbido. A partire dalla versione originaria, ne sono nate molte altre, che si differenziano per l'impasto base.

Semplice: è l'omelette primaria; alle uova sbattute può essere aggiunta pochissima acqua oppure pane e latte.

Alla tedesca: preparata con l'aggiunta di panna e farina, è quasi una frittella sottile. Ottima anche senza ripieno oppure in versione dolce con zucchero e vaniglia.

Strapazzata: l'impasto, di semplici uova sbattute, viene leggermente strapazzato in padella; una volta piegata l'omelette, la si ripassa in forno con salsa Mornay (una ricca besciamella).

Mousseline: una variante straordinariamente morbida, che nasce dall'unione di tuorli, panna e albumi montati a neve.

Soufflé: simile alla mousseline ma ancora più soffice, cuoce in forno e ha un numero di albumi superiore ai tuorli. È nata come dessert ma è ormai diffusa anche in versione salata.

Fondente: oltre alla panna prevede l'aggiunta del burro nell'impasto di uova sbattute (non montate). Semplice e golosissima.



Pirofila La Rinascente, cucchiaio bianco e tessuto carta Zodio, tovagliolo di C&C. Nella pagina a fianco, omelette ai gamberetti: tessuto in lino a righe e piatto da J&V. Omelette ai carciofi: piatto La Rinascente. Indirizzi a pagina 6

Strapazzata con salsa Mornay

pag. 62

MOUSSELINE AI GAMBERETTI

PER 4 PERSONE
8 tuorli e 6 albumi - 400 g di gamberetti già sgusciati - 100 ml di panna fresca - 2 cucchiai di brandy - 80 g di burro - 1 cucchiaio di farina - finocchietto selvatico - sale - pepe

● **1** Scaldate 90 ml di panna. Passate al mixer 300 g di gamberetti. Fate fondere 20 g di burro in una casseruola, unite i gamberetti tritati e la farina e mescolate bene. Fuori dal fuoco, incorporate la panna calda. Mettete di nuovo la casseruola sul fuoco e cuocete la salsa montandola con una frusta a mano finché si sarà addensata. Salatela, pepatela e frullatela nuovamente.
● **2** Rosolate i gamberetti rimasti con 20 g di burro, sfumateli con il brandy a fuoco vivo, salateli, pepateli e versateli nella salsa preparata.
● **3** Mescolate i tuorli con la panna rimasta, sale e pepe. Montate a neve gli albumi con un pizzico di sale e uniteli delicatamente ai tuorli. Fate fondere 10 g del burro rimasto in un tegame, unite 1 quarto del composto di uova mescolando con un cucchiaio al centro del tegame finché l'omelette inizierà a rapprendersi. Muovete il tegame per evitare che si attacchi. Sulla superficie ancora un po' morbida distribuite 1 quarto della salsa di gamberi e un po' di finocchietto, piegate l'omelette e tenetela in caldo su un piatto. Preparate allo stesso modo altre 3 omelette.

MEDIA ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 40 minuti ● 435 cal/porzione





OMELETTE SEMPLICE CON CARCIOFI E PANE

PER 4 PERSONE
8 uova - 2 carciofi - 40 g di grana grattugiato - 40 g di mollica di pane raffermo - 1 tazza di latte - 1 limone - 1 spicchio di aglio - prezzemolo - 20 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Fate ammorbidire il pane nel latte. Pulite i carciofi privandoli dei gambi, delle foglie esterne più dure, delle punte e del fieno interno. Affettateli finemente e immergeteli in acqua acidulata con il succo del limone. Scaldate 2 cucchiai di olio in un tegame con l'aglio sbucciato e schiacciato, unite i carciofi ben sgocciolati, salateli, pepateli e lasciateli rosolare per qualche istante. Abbassate il fuoco e proseguite la cottura per 6-7 minuti.
● **2** Sgusciate le uova in una terrina, sbattetele leggermente e conditele con sale e pepe. Aggiungete il pane strizzato e sbriciolato, 2 cucchiai del latte di ammollo, un po' di prezzemolo tritato, il grana e i carciofi.
● **3** Fate sciogliere il burro in un largo tegame, versatevi il composto e lasciatelo rapprendere mescolandolo un paio di volte con il dorso della forchetta. Sollevate i bordi dell'omelette e lasciate scorrere la parte liquida sul fondo del tegame. Scuotete quest'ultimo per evitare che il composto si attacchi. Quando l'omelette sarà cotta, ma ancora piuttosto morbida in superficie, piegatela a libro con l'aiuto di una paletta, fatela scivolare su un piatto da portata e servitela a fette. Se vi piace, accompagnate con carciofi croccanti (tagliati a fette sottilissime e fritti in olio bollente).

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 5 minuti ● 325 cal/porzione

OMELETTE SOUFFLÉ AL FORMAGGIO

PER 4 PERSONE
4 tuorli e 6 albumi - 50 g di crème fraîche - 60 g di grana grattugiato - 20 g di emmentaler - una noce di burro - noce moscata - sale - pepe

● **1** Mescolate i tuorli con la crème fraîche, 50 g di grana, un poco di noce moscata grattugiata, sale e pepe. Montate gli albumi a neve ben ferma con un pizzico di sale e poi incorporateli delicatamente ai tuorli con movimenti dall'alto verso al basso.
● **2** Imburrate un tegame di circa 18 cm di diametro che possa andare in forno e versatevi il composto. Livellate la superficie con una spatola e cospargetela con l'emmentaler grattugiato finemente e il grana rimasto.
● **3** Cuocete in forno a 180° per 10-12 minuti e servite subito. Se vi piace, accompagnate con foglioline di salvia fritte in olio bollente.

FACILE ● Preparazione 10 minuti ● Cottura 12 minuti ● 200 cal/porzione





Fondente con le vongole
pag. 62

BERE GIUSTO
Nelle omelette la grassezza delle uova è amplificata da elementi come la panna e i formaggi, ciononostante la bevanda scelta non deve opporre un contrasto eccessivo perché le verdure ristabiliscono un equilibrio virtuoso. Così basta l'anidride carbonica di una birra bionda ad alta fermentazione per le omelette ai carciofi e con la salsiccia, di un sidro frizzante secco prodotto in Normandia quelle di mare e di un Franciacorta Saten per le ricette soufflé e strapazzata, dove c'è bisogno di un pizzico di energia in più.

Piatto Livellara, tovagliolo Zara Home, vassoio verde Arzberg. Nella pagina afianco: padella Agnelli, ciotola Bitossi, piatti Asa. Indirizzi a pagina 6



ALLA TEDESCA CON SALSICCIA E PATATE

PER 4 PERSONE
8 uova - 150 g di salsiccia - 4 fette di pancetta tesa - 100 g di piselli sgusciati (anche surgelati) - 200 g di patate novelle - 100 ml di panna fresca - 2 cucchiai rasi di farina - 2 cucchiai di senape dolce - un mazzetto di erba cipollina - 1 bacca di ginepro - noce moscata - 40 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lessate i piselli in acqua bollente per 3-4 minuti e sgocciolateli. Lavate le patate e riducetele a fettine. Spellate la salsiccia, sbriciolatela e rosolatela in un tegame con un cucchiaio di olio. Prelevatela, aggiungete nel tegame un cucchiaio di olio e fatevi dorare per 5-6 minuti le patate.
● **2** Mettete la farina in una ciotola e, usando una frusta, stemperatela unendo le uova uno alla volta. Poi aggiungete la panna, la bacca di ginepro pestata, l'erba cipollina tagliuzzata, sale, pepe, noce moscata e infine i piselli.
● **3** Fate sciogliere 10 g di burro in una larga padella antiaderente, versatevi 1 quarto del composto di uova e cuocete l'omelette in modo che resti morbida in superficie. Farcitela con un velo di senape, le patate e la salsiccia. Piegatela a libro, fatela scivolare su un piatto e tenetela in caldo. Preparate allo stesso modo altre tre omelette.
● **4** Dorate in un tegame le fette di pancetta e distribuitele sulle omelette. Se vi piace, servite con patatine novelle cotte al forno.

MEDIA ● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 35 minuti** ● **545 cal/porzione**



STRAPAZZATA CON SALSA MORNAY

PER 4 PERSONE
8 uova e 1 tuorlo - 80 g di prosciutto cotto affettato - 50 g di grana grattugiato - 4 fette di pancarré - 12 pomodori ciliegini - 15 g di farina - 1,2 dl di latte - 30 ml di panna fresca - 50 g di burro - zucchero - aceto bianco - olio di semi di arachide - noce moscata - sale - pepe

● **1** Incidete i pomodorini intorno alla calotta senza staccarla. Immergeteli in una ciotola colma di aceto per qualche minuto, sgocciolateli e cospargeteli con poco zucchero. Disponeteli in una teglia e cuoceteli in forno a 200° per 10-12 minuti. Teneteli in caldo.
● **2** Scaldate il latte. Fate fondere 15 g di burro in una casseruolina, unite la farina e mescolate bene. Fuori dal fuoco e sempre mescolando, aggiungete il latte caldo. Mettete di nuovo la casseruola sul fuoco e, mescolando con una frusta, cuocete la besciamella finché si sarà bene addensata. Togliete dal fuoco e incorporate il tuorlo, la panna, 25 g di grana, sale, pepe e noce moscata.
● **3** Sbattete le uova con il prosciutto a pezzettini, sale e pepe. Imburrate un tegame, scaldatelo sul fuoco e versatevi la miscela. Mescolatela inizialmente con una forchetta e cuocete per un minuto fino a ottenere una frittata molto morbida. Conditela con 10 g di grana e qualche fiocchetto di burro, piegatela a libro, trasferitela in una pirofila ovale di circa 20 cm bene imburrata. Coprite con la salsa Mornay e il grana rimasto e cuocete in forno caldo a 220° per 10 minuti.
● **4** Private il pancarré della crosta, tagliatelo a dadini e friggetelo in poco olio. Servite l'omelette con i crostini caldi e i pomodorini.

MEDIA ● **Preparazione 35 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **430 cal/porzione**



FONDENTE CON LE VONGOLE

PER 4 PERSONE
8 uova - 1 kg di vongole veraci - 130 ml di panna - 100 g di burro - 20 g di farina - 1 limone - 6 cucchiai di sidro (o vino bianco secco) - prezzemolo - sale - pepe

● **1** Mettete le vongole in acqua salata per un'ora e poi lasciatele a lungo sotto l'acqua corrente. Mettetele in un largo tegame con 3 cucchiai di sidro, coprite e cuocete brevemente a fuoco vivo finché le vongole si saranno aperte. Prelevatele con un mestolo forato, filtrate il liquido di cottura e versatelo di nuovo in padella con il prezzemolo tritato e le vongole.
● **2** Lavorate la farina con 30 g di burro, fate sciogliere il composto in una casseruolina e unite 2 cucchiai di succo di limone, il sidro rimasto, 4-5 cucchiai di acqua di cottura delle vongole e 100 ml di panna. Mescolando con una frusta, cuocete la salsa finché si sarà addensata, regolate di sale e pepate.
● **3** Sgusciate 2 terzi delle vongole e tenetele in caldo (lasciate le rimanenti nel tegame con la loro acqua). Sbattete le uova in una ciotola con la panna rimasta e 30 g di burro a fiocchetti, salate e pepate. Fate fondere un po' del burro rimasto in un tegame e unite un quarto del composto di uova mescolando con un cucchiaio finché inizia a rapprendersi.
● **4** Coprite con un quarto delle vongole e un po' di salsa, avvolgete l'omelette, trasferitela su un piatto e tenetela in caldo. Preparate allo stesso modo altre 3 omelette. Scaldate le vongole con il guscio, scolatele, distribuitele nei piatti con le omelette e conditele con la salsa rimasta.

MEDIA ● **Prep. 20 minuti + riposo** ● **Cottura 10 minuti** ● **450 cal/porzione**

fiorfiore

coop

OFFRIRTI IL FIORFIORE PER NOI È UNA TRADIZIONE.





CON FIORFIORE COOP COGLI IL MEGLIO DELLA CULTURA GASTRONOMICA.

Alcune ricette parlano di tradizione, come quelle che rendono unici i sottoli fiorfiore Coop. Perché nei nostri sottoli trovi tutta l'esperienza dell'arte conserviera italiana e la cura per i dettagli che trasforma le ricette più semplici in veri e propri capolavori. E per concederti un'esperienza di gusto unica quando vuoi, la linea fiorfiore porta in tavola tanti sapori frutto di un'attenta ricerca delle materie prime migliori, del recupero della tradizione ma anche di ricette originali. Fiorfiore Coop, l'eccellenza al giusto prezzo ogni giorno.

coop

LA COOP SEI TU.



CHI DICE CHE IN CUCINA SIA IMPOSSIBILE
IL PRIMO SPECIALISTA
IL SISTEMA LAVELLO: soluzioni modulari per risparmiare spazio e fare ordine
Design: Niklas Jacob
ADV KommaFactory
www.fratelliguzzini.com
watch the videos!


FARE ORDINE NON CONOSCE GUZZINI
DELLA CUCINA ITALIANA
Premi, blocca e strappa facilmente
guzzini
MADE IN ITALY SINCE 1912

Lattughe grandifoglie

PROTAGONISTE DELLE FRESCHE INSALATE DI PRIMAVERA, REGALANO IL LORO GUSTO DELICATO ANCHE IN CUCINA

di Miriam Ferrari, foto di Marizio Lodi, in cucina Livia Sala, styling di Laura Cereda







1



2

LATTUGA CAPPUCCIO

- Detta anche “coppetta”, questa varietà di lattuga presenta foglie concave, bollose o rugose sovrapposte una sull’altra, più piccole e compatte al centro e inserite su uno spesso e corto torsolo centrale. Ha gusto dolce.
- Per prepararla si consiglia di eliminare prima il torsolo, incidendolo con l’apposito attrezzo (foto 1) o con uno spelucchino (foto 2), separare poi delicatamente le foglie e spezzare quelle più grandi con le mani.

LATTUGA ROMANA

- Ha foglie erette, strette alla base, che formano un cespo allungato e poco compatto; la sua colorazione varia dal bianco della parte interna al verde chiaro, fino al verde scuro delle foglie più esterne. I cespi possono raggiungere una lunghezza di 40 cm.
- Il suo sapore è leggermente amarognolo. Per prepararla si taglia il cespo a listarelle più o meno larghe (foto 1), si elimina il pezzetto di torsolo finale, poi si procede al lavaggio nell’apposita centrifuga (foto 2).





1



2





1



2

LATTUGA ICEBERG

- Ha una forma tonda e particolarmente compatta, simile a quella del cavolo cappuccio, foglie croccanti e di colore verde molto chiaro all’esterno e bianco all’interno. Il prodotto nazionale si trova da aprile a novembre, negli altri mesi è di importazione.
- Per prepararla si separano delicatamente le foglie dopo aver tagliato via il torsolo che le tiene unite (foto 1), si lavano e si asciugano delicatamente in un telo cercando di non spezzarle (foto 2).





FUSILLI IN CREMA VERDE

• **1** Tagliate un cespo di lattuga romana a striscioline. Fate soffriggere 2 cipollotti tritati in un tegame con 50 g di burro, unite la lattuga, salate e fate appassire per qualche minuto; tenetene da parte circa un terzo. Spolverizzate la lattuga rimasta nel tegame con un cucchiaio raso di farina, diluite con un bicchiere di brodo caldo e mescolate pr 5 minuti. Un minuto prima di togliere dal fuoco incorporate 100 ml di panna fresca. • **2** Frullate il composto unendo un uovo e 50 g di grana grattugiato. Cuocete 320 g di fusilli corti in acqua salata, scolateli e conditeli con la crema e la lattuga rimasta.

COPPE ESOTICHE

• **1** Staccate da un cespo di lattuga iceberg 4 foglie grandi e sane, lavatele, asciugatele e sistematele in 4 coppe di vetro. Tagliate il resto dell'insalata a striscioline sottili. Sbucciate un mango, eliminate il nocciolo e tagliatelo a dadini. Tagliate a dadini 100 g di formaggio primo sale. • **2** Emulsionate 4 cucchiai di olio d'oliva con sale, peperoncino, 4 cucchiai di acqua calda e il succo filtrato di 1/2 limone. Condite le striscioline di insalata con la salsina, sistematele nelle coppe, aggiungete i dadini di mango e di formaggio e servite.









FILETTI DI PAGELLO IN SALSA DI LATTUGA

• **1** Sbollentate le foglie di un piccolo cespo di lattuga cappuccio in acqua bollente salata, scolatele, spezzettatele e mettetele nel frullatore; unite una manciata di foglie di prezzemolo, 1 cucchiaino di aceto balsamico, 4 cucchiai di brodo vegetale e 3 di olio; frullate unendo a filo altro olio, fino a ottenere una salsa cremosa. • **2** Mescolate 2 dl di acqua fredda con un uovo, 200 g di farina e ancora acqua fino a ottenere una pastella fluida. Immergetevi 8 filetti di pagello, friggeteli in abbondante olio molto caldo, scolateli e serviteli con la salsa di lattuga.

CURIOSITÀ IN PILLOLE

• IL TERMINE LATTUGA, dal latino "lactuca", deriva da latte o lattice, e prende evidentemente spunto dal liquido bianco che fuoriesce quando viene tagliato il gambo, a cui si attribuiscono proprietà rinfrescanti e leggermente sedative, già molto apprezzate dagli antichi.

• LA ICEBERG è stata prodotta per la prima volta da una compagnia ortofrutticola californiana che la confezionava e trasportava su ghiaccio tritato, tanto che le teste di insalata assomigliavano ad iceberg. Da qui il suo nome. Oggi è la varietà di lattuga più venduta, anche perché si conserva più a lungo delle altre.

• IL CUORE BIANCO è la parte più apprezzata della lattuga romana. Nelle varietà tradizionali le foglie interne non si serrano con la maturazione; quindi i cespi vengono legati in modo da proteggerli dalla luce. Le cultivar più recenti invece si chiudono da sé e non richiedono questo accorgimento.


Tegame TVS e frullatore a immersione Minipimer Braun
Indirizzi a pagina 6

NEL PROSSIMO NUMERO: I RAVANELLI



Agnello da film

DAL RUSTICO ABBACCHIO AL RAFFINATO CARRÉ DELL'ELISEO, SEI PIATTI PROTAGONISTI DI SAPOROSE STORIE DI CINEMA

a cura di Marina Cella, testi di Laura Delli Colli, ricette rielaborate da Livia Sala, foto di Michele Tabozzi, styling Studio Salaris

Juliette Binoche nel sicilianissimo film di Piero Messina *L'attesa*, ambientato nel ragusano, l'agnello lo marina con amorevole pazienza nel vino rosso. Jean Reno, invece, cuoco stellato protagonista di *Chef*, lo cucina in salsa, ma grida al tradimento quando scopre che il suo 'secondo' gli ha corretto la ricetta. Se Julia Roberts (*A letto con il nemico*) lo prepara con la marmellata di pesche, per *La moglie del cuoco* Emmanuelle Devos, in crisi con il marito superchef, è in salsa prezzemolata. Altre versioni dell'agnello suggerite dal cinema? Ce ne sono internazionali o ben radicate nel territorio italiano, nei film che ci raccontano la cucina proprio come specchio dei cambiamenti nel gusto, nel costume, nel modo di abbinare convivialità e normalità quotidiana; ma anche come riscoperta di tradizioni e, perché no, di qualche sperimentazione trasgressiva. Sulla tavola del cinema, insomma, l'agnello è un protagonista indiscusso. Fin da quando, in bianco e nero, è semplicemente il romanissimo abbacchio in costolette sulla griglia di quel ristorante sul fiume dove Walter Chiari porta Anna Magnani in *Bellissima* di Luchino Visconti oppure nella teglia profumata di rosmarino infornata da Franca Valeri per Vittorio De Sica, il poeta Alessio spiantato e scroccone de *Il segno di Venere* di Dino Risi.

> segue a pag. 72

COURTESY FANNY CONSOLI

L'attesa

(Piero Messina, 2015)
Atmosfere suggestive e misteriose nel film d'esordio di Piero Messina, già assistente di Paolo Sorrentino. Il regista torna nella nativa Caltagirone e svela con la supervisione culinaria della madre, la chef Fanny Consoli (sua la ricetta del cosciotto), i segreti di due donne e di un protagonista che non arriverà...



Cosciotto d'agnello alla ragusana,
pag. 77

Piatto e salsiera Chantal Delorme; calice, posate e tovaglietta Nella Longari. Indirizzi a pagina 6



Abbacchio alla romana,
pag. 77

> segue da pag. 70

E nel cinema internazionale? Ad Atene l'agnello al forno arriva imprudentemente nel piatto di un fidanzato vegetariano (*Il mio grasso grosso matrimonio greco*); nel film indiano *Lunchbox* viaggia, invece, in un 'dabbawala', uno di quei recipienti di metallo che tra i quartieri di Mumbai, distribuiscono i pasti ai lavoratori in pausa pranzo: la pasanda di agnello diventa messaggero d'amore tra Ila, che abita in un quartiere indù, e Saajan che vive invece in un'area cristiana. Ben diverso il destino del sofisticato carré preparato ne *La cuoca del presidente*: nel film, che al regista Christian Vincent ha ispirato Danièle Mazet-Delpeuche (vera cuoca personale del presidente Mitterrand), Hortense accende le gelosie dei banali cuochi di Palazzo quando importa all'Eliseo le ricette semplici e raffinate del suo Périgord. Il suo agnello, fin troppo raffinato, piacerebbe sicuramente al palato gourmet del cardinale che disserta di cucina, invece che di anime, nel film premio Oscar di Paolo Sorrentino *La grande bellezza*... Lontani i tempi dell'Italia povera ma bella che, nel film *Il segno di Venere*, sognava (e mangiava) in bianco e nero, quando a rendere l'agnello sopraffino bastava il rosmarino senza neanche le patate. E magari, grazie a quella teglia, la cugina 'bruttina' stagionata riusciva a prendersi la rivincita perfino sulla bellissima Sophia...

Il segno di Venere
(Dino Risi, 1955)
Dalla commedia in bianco e nero 1955, due cugine in cerca di marito, con contorno di aspiranti poveri ma belli. E per battere la Loren, bella e maggiorata, alla 'bruttina stagionata' Franca Valeri non resta che tentare almeno in cucina. Con l'agnello...





La moglie del cuoco

(Anne Le Ny, 2014)
Agnello alla francese, magra consolazione per la moglie dello chef che si sente all'ombra del marito e cerca una sua vita professionale. Finirà per perdere il marito e, con lui, anche la consulente del suo nuovo lifestyle…L'agnello? Qui è al burro e prezzemolo.



AGNELLO AL BURRO PREZZEMOLATO

PER 4 PERSONE
800 g di carré di agnello - 1 spicchio di aglio - 1/2 fetta di pancarré - 1 mazzetto di prezzemolo - 50 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate e asciugate una grossa manciata di foglie di prezzemolo. Trasferitele nel cutter e tritatele finemente con la mollica del pancarré, l'aglio pelato e privato dell'anima interna e un pizzico di sale.
● **2** Incorporate il trito al burro a temperatura ambiente, fino a ottenere un composto omogeneo di un bel colore verde brillante.
● **3** Pulite con cura gli ossi del carré e proteggeteli con l'alluminio da cucina; sistemate la carne su una teglia e spennellatela uniformemente d'olio. Cuocete nel forno già caldo a 200° per 30 minuti.
● **4** Distribuite sul carré metà del burro al prezzemolo e lasciate la carne in forno per altri 5 minuti. Servite con il burro rimasto a parte e spinacini in insalata.

MEDIA ● Preparazione 25 minuti ● Cottura 35 minuti ● 265 cal/porzione

Piatto, sottopiatto e posate Nella Longari; tovaglioli Society Limonta; ciotoline La Rinascente. Nella pagina accanto: piatto-vassoio Virginia Casa; tovagliolo Society Limonta.
Indirizzi a pagina 6



STUFATO SPEZIATO ALLA RADICE DI LOTO

PER 4 PERSONE
1 kg di agnello (costolette, spalla, coscia) - 4 carote - 8 cipolline - 8 piccoli scalogni - 300 g di radice di loto (si trova nei negozi di alimenti giapponesi) - 1 spicchio d'aglio - 1 cucchiaio di farina - 75 g di concentrato di pomodoro - 1/2 litro di brodo - 2 foglie di alloro - 1/2 cucchiaino di coriandolo in polvere 1 mazzetto di timo - 1 rametto di rosmarino - 1 stecca di cannella - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Strofinate una casseruola con l'aglio tagliato a metà; scaldatevi un filo d'olio e rosolate l'agnello. Quando è dorato, toglietelo dal recipiente e tenetelo da parte.
● **2** Tostate nella casseruola la farina con il coriandolo, poi aggiungete un po' di brodo per stemperarla e il concentrato di pomodoro; mescolate bene e bagnate con altro brodo fino a ottenere una salsa non troppo fluida.
● **3** Aggiungete i pezzi di agnello tenuti da parte e rigirateli bene; salate, pepate e unite l'alloro, un paio di rametti di timo e il rosmarino legati in un mazzetto con spago da cucina. Coprite la casseruola e cuocete a fuoco dolce per 40 minuti circa.
● **4** Pelate la radice di loto e tagliatela a fette di 1/2 cm di spessore; pelate anche le carote, gli scalogni e le cipolline. Sbollentate il tutto per un paio di minuti in acqua salata, poi unite gli ingredienti allo stufato insieme alla cannella e proseguite la cottura per altri 30 minuti, aggiungendo altro brodo se necessario.
● **5** Eliminate il mazzetto di erbe aromatiche e profumate con qualche fogliolina di timo a fine cottura. Servite.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 1 ora e 15 minuti ● 470 cal/porzione

Chef
(Daniel Cohen 2012)
Commedia gastronomica per eccellenza, con tanto di sfida generazionale. Jean Reno è il mitico Alexandre Lagarde, chef stellato ma un po' in crisi. Risorgerà grazie al suo 'secondo'. Che al suo agnello, con la cannella, aggiunge una novità: l'aroma del loto.





La cuoca del presidente

(Christian Vincent, 2012) Un film ispirato alla vera storia della cuoca di François Mitterrand: quando Hortense arriva all'Eliseo fa dimenticare al Presidente francese la routine di una cucina elegante ma senza un gusto genuino. Come di un semplice carré d'agnello.

Carré di agnello del presidente,

pag. 77

Piatto, calice e caraffa Beppe Morone; tovagliolo Society Limonta; burriera Madame Gioia. Nella pagina accanto: piatti Fasano Ceramiche; posate Rivadossi Sandro; tovagliolo tinta unita Society Limonta; bicchiere Nella Longari. Indirizzi a pagina 6

PASANDA

PER 4 PERSONE
600 g di carré di agnello disossato - 2 peperoncini verdi - 125 g di yogurt intero - 1 limone - 2 piccole cipolle - 1 cucchiaino di cumino in polvere - 2 cucchiaini di curcuma - 2 cucchiaini di paprica - 1/2 cucchiaino di peperoncino in polvere - 2 cm di radice di zenzero - 1 bustina di zafferano - 2 spicchi d'aglio - 1 ciuffo di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - riso Basmati per accompagnare - sale

● **1** Tagliate la polpa di agnello a cubetti, raccoglieteli in una terrina e bagnateli con il succo del limone: unite un pizzico di sale e lasciate riposare per circa un'ora. Poi aggiungete lo yogurt e fate marinare in frigo per altre 8 ore.
● **2** Tagliate finemente le cipolle e soffriggetele con un filo d'olio. Aggiungete l'agnello scolato dalla marinata, tutte le spezie tranne lo zafferano, poi unite lo zenzero, l'aglio e i peperoncini tritati. Fate insaporire per qualche minuto rigirando i pezzi di carne nel condimento.
● **3** Versate sulla carne il liquido della marinata, rigirate ancora l'agnello e cuocete a fuoco dolce e a recipiente coperto per 45 minuti, aggiungendo verso la fine della cottura anche lo zafferano. Regolate di sale, profumate con qualche foglia di prezzemolo spezzettata e servite accompagnando con riso Basmati lessato.

MEDIA
● **Preparazione 25 minuti + riposo** ● **Cottura 1 ora** ● **375 cal/porzione**



Lunchbox
(Ritesh Batra, 2013)
Un portapranzi può contenere la felicità. Ce lo insegna il piccolo film indiano che racconta come una 'pasanda' (classico curry del Nord indiano) cucinata con semplicità e consegnata a un indirizzo sbagliato possa diventare uno scambio di emozioni segrete tra due sconosciuti.



Piatto e ciotoline Nella Longari; sottopiatto Le Stanze della Memoria; tovagliolo Society Limonta; bicchiere Madame Gioia. Indirizzi a pagina 6.



COSCIOTTO D'AGNELLO ALLA RAGUSANA

PER 4 PERSONE
1 cosciotto di agnello di 1 kg circa - 1 litro di vino rosso - 2 litri di vino bianco - 2 limoni - 4 chiodi di garofano - 1 spicchio d'aglio - 2 foglie di alloro - 2 rametti di rosmarino - origano secco - 1 cipolla - 60 g di lardo a fettine - 60 g di pecorino - olio extravergine d'oliva - sale - pepe in grani

● **1** Lavate il cosciotto con il vino rosso, poi bagnatelo con il succo dei limoni e lasciatelo riposare un paio di ore.
● **2** Preparate una marinata con il vino bianco, i chiodi di garofano, l'alloro, qualche ciuffo di rosmarino, la cipolla a pezzi e qualche grano di pepe. Immergetevi la carne e lasciatela marinare per 8 ore.
● **3** Sgocciolate il cosciotto dalla marinata e incidetelo con tagli abbastanza profondi; procedete alla "buttunatura" (farcitura) della carne, inserendo in ciascun taglio un po' di aglio pestato, qualche lamella di pecorino e pezzettini di lardo.
● **4** Sistemate il cosciotto in una teglia, irroratelo con un filo d'olio, salate, pepate e insaporite con un rametto di rosmarino e un pizzico di origano. Infornate a 200° per una ventina di minuti, poi abbassate la temperatura a 180° e cuocete per altri 45 minuti, bagnando ogni tanto con poca marinata, per evitare che la carne si asciughi troppo. Servite caldo.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti + riposo**
● **Cottura 1 ora e 5 minuti**
● **420 cal/porzione**



ABBACCHIO ALLA ROMANA

PER 4 PERSONE
1 kg di abbacchio (agnello da latte) tagliato a pezzi - 1 rametto di rosmarino - 1 spicchio d'aglio - 1/2 cucchiaio di farina - 100 ml di aceto bianco - 4 acciughe sotto sale - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Rosolate l'abbacchio in un tegame con poco olio; salate, unite l'aglio schiacciato e ciuffetti di rosmarino.
● **2** Cospargete la carne con la farina e rigiratela un paio di volte, quindi bagnate con l'aceto e proseguite la cottura per una ventina di minuti.
● **3** Dissalate le acciughe e pestatele con un po' di fondo di cottura dell'agnello (unite a piacere anche mezzo spicchio d'aglio) e distribuite la salsina sulla carne. Rigirate qualche volta i pezzi in modo che si insaporiscano bene e pepate a piacere.
● **4** Servite accompagnando con mezzi carciofi cotti in tegame con olio, aglio, scorzette di limone, sale e pepe.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **340 cal/porzione**

BERE GIUSTO
La carne dell'agnello possiede una polpa grassa e tenera e un gusto intenso che ricorda la pelle ovina e l'erba fresca: al vino dunque il compito di qualificare tali sensazioni armonizzandole con le specifiche di ciascun piatto. L'Etna Rosso Riserva tiene la ricchezza del cosciotto alla ragusana e la speziata vitalità del carré del presidente. La finezza di un taglio Cabernet-Merlot ottenuto sui sassi del Piave rispetta la morbidezza dello stufato e dell'agnello al burro prezzemolato. A un Frascati tradizionale affidiamo il verace abbacchio alla romana e la densa piccantezza della Pasanda.



CARRÉ DI AGNELLO DEL PRESIDENTE

PER 4 PERSONE
800 g di carré di agnello - 150 g di granella di pistacchi - 1 cucchiaio di senape di Digione - 1/2 cucchiaio di miele - 2 rametti di rosmarino - 3 rametti di timo - 1 foglia di alloro - 1 ciuffo di prezzemolo - 1 ciuffo di coriandolo fresco - 1 cucchiaio di pangrattato - 80 g di burro - 800 g di patate - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Raccogliete nel cutter il pangrattato e una manciatina di foglie di prezzemolo e coriandolo. Tritate e unite il composto al burro ammorbidito, aggiungendo anche la granella di pistacchi.
● **2** Incidete il carré tra un osso e l'altro, non troppo a fondo, e spennellatelo con il miele e la senape miscelati. Poi copritelo con il composto di burro e pistacchi, facendolo penetrare nei tagli.
● **3** Pelate le patate, tagliatele a dadini e tuffatele in acqua bollente salata per 4-5 minuti.
● **4** Sistemate la carne in una teglia irrorata con un filo d'olio, unite l'alloro e sistemate tutt'intorno le patate ben scolate. Insaporite queste ultime con ciuffetti di rosmarino, qualche cimetta di timo e poco olio, salate e pepate il tutto e infornate a 180° per una quarantina di minuti. Servite il carré con le patate.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 45 monuti** ● **870 cal/porzione**

Motta
BARLASSINA



MOTTA s.r.l. - Via Capuana, 44 - 20825 Barlassina (MB) Italy - Tel. +39 (0362) 560584 - Fax +39 (0362) 557309
E-mail: mottasrl@mottabarlassina.it - www.mottabarlassina.it - www.mottabarlassina.com

Pesce d'Aprile

GRIGLIE, PIASTRE DI SALE E PESCIERE PER COTTURE NATURALI. E POI PINZETTE, COLTELLI, PALETTE FORATE...

a cura di Monica Pilotto, servizio di Patrizia Cantoni, testo di Amelia Bertottilli, foto di Marco Azzoni

È tra gli ingredienti più delicati da maneggiare in cucina. Eppure il pesce - di mare o d'acqua dolce - è una "materia prima" che regala enormi soddisfazioni.

Versatili nella consistenza e nel sapore, tonni, branzini, persici, sarde, dentici e lavarelli un tempo erano affidati alle cure delle cuoche più esperte, mentre oggi esistono tanti pratici attrezzi che facilitano la vita anche ai principianti. Prima di tutto serve una pentola su misura: la classica pesciera oblunga, perfetta per lessare merluzzo o nasello; oppure ovale o rettangolare, ideale per gli umidi, d'alluminio, in acciaio e in ghisa (la migliore per la bouillabaisse).

> segue a pag. 80



1 Pesciera rettangolare in alluminio, completa di griglia in acciaio inox rimovibile utile per scolare i pesci senza il rischio di romperli; maniglie e coperchio sono in acciaio inox (Linea Pro di Moneta, cm 50x28, 260 €). **2** Per chi privilegia una cucina sana e naturale, perfetta la nuova piastra in argilla che mantiene inalterati i valori nutrizionali e il sapore originario degli ingredienti (Linea Sapore & Benessere di Wald, diametro cm 26x2,5h, 49,40 €). **3** Pesciolini decorativi in legno dipinto (La Provenza). **4** La pesciera rossa in terracotta è dedicata a chi vuole gustare tutto il sapore del pesce fresco e conservarne aroma e proprietà dietetiche (Linea Gourmet di Piral distribuita da Paderno, cm 33x19x9h, 60 €). **5** Per cucinare il pesce senza olio, la pesciera in alluminio antiaderente adatta a tutte le fonti di calore, anche al forno (Le Creuset, cm 25,5x40, 120 €). **6** Pesciera ovale in alluminio completa di griglia (Ottinetti da Kasanova, 50 €). Sul piano, carta di riso con pesci applicati di Papier. Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 79

Da abbinare alle griglie e alle piastre in argilla sulle quali si scotteranno fettine di spada, calamari e gamberoni senza bisogno del barbecue. C'è anche una simpatica pirofila sagomata da riempire con l'impasto del timballo di tonno, patate e capperi: si tiene in frigorifero e si capovolge sul piatto da portata dieci minuti prima di servire. Per non disperdere i preziosi Omega 3, i grassi buoni che proteggono il cuore e la circolazione, l'ideale sarebbe gustare il pesce non troppo cotto, per esempio disponendolo sopra il blocco di sale rosa dell'Himalaya riscaldato sul fornello, che all'occorrenza aromatizza anche carne e verdure in maniera del tutto naturale. Non possono mancare, poi, il set per la preparazione del sashimi, le pinze per le lische e gli ingegnosi squama-pesce: semplici, doppi o addirittura con il raccoglitore per i residui, facilitano le operazioni di pulitura senza danneggiare il pesce.

E prima di andare a tavola, da apparecchiare come vuole il galateo con le posate ad hoc, per togliere gli odori sgradevoli dalla mani basterà massaggiarle per qualche minuto sotto l'acqua corrente con il magico sapone d'acciaio.



● **1** Attrezzo in acciaio per squamare il pesce (Paderno, cm 22, 13,50 €). ● **2** Preciso e veloce lo squamapesce doppio in acciaio inox con impugnatura in polipropilene (Paderno, cm 22,50, 15 €). ● **3** Per eliminare con facilità le squame e non disperderle sul piano lavoro è perfetto l'attrezzo in plastica di alta qualità dotato di lama seghettata e apposito raccoglitore (Tescoma, cm 18, 6 €). ● **4** Paletta forata in acciaio satinato, utile a estrarre il pesce dalla pentola (Paderno, 21,50 €). ● **5** Per togliere gli odori sgradevoli dalle mani ci vuole il sapone in acciaio (Pengo, 4,50 €). ● **6** A forma di pesce, la pinza a molla in acciaio inox per togliere le lische (Gefu, 21 €). ● **7** Pinza leva lische in acciaio inox completa di supporto in plastica dove appoggiarla e depositare le lische appena tolte (Tescoma, 8,50 €). ● **8** Coltello con manico arancione per sfilettare il pesce (Victorinox, 27 €). ● **9** Il tagliere bianco in gres e la ciotolina in porcellana fanno parte del set per servire il pesce crudo (KnIndustrie, 3 pezzi con stuoia in bambu, 78 €). ● **10** Sulla piastra di sale himalayano si cuociono pesce, verdure e carne in modo naturale (BBQ Rivsalt di Home&More, 29 €). ● **11** Posate per servire il pesce, in acciaio inox (Colombina Fish di Alessi, 23 € l'una).
Sul piano carta di riso di Papier. Indirizzi a pagina 6.

fiorfiore
coop

OFFRIRTI IL FIORFIORE PER NOI È UNA TRADIZIONE.





CON FIORFIORE COOP COGLI IL MEGLIO DELLA CULTURA GASTRONOMICA.

Per noi la qualità degli ingredienti e la tradizione sono fondamentali. Per questo scegliamo la semola di grano duro italiano e, con una lenta e accurata lavorazione che rispetta l'arte pastaia italiana, realizziamo la pasta fiorfiore Coop. Così puoi gustare ogni giorno il sapore naturale della pasta fatta come una volta. E per concederti un'esperienza di gusto unica quando vuoi, la linea fiorfiore porta in tavola tanti sapori frutto di un'attenta ricerca delle materie prime migliori, del recupero della tradizione ma anche di ricette originali. Fiorfiore Coop, l'eccellenza al giusto prezzo ogni giorno.

coop
LA COOP SEI TU.

Focacce

DA QUELLA SEMPLICE E FAMOSISSIMA DI GENOVA AL RICCO SFINCIONE DI PALERMO. PICCOLO TOUR TRA LE MILLE VERSIONI DI UN PROTAGONISTA DEL NOSTRO STREET FOOD

testo di Paola Mancuso, ricette di Claudia Compagni, foto Alkèmia, styling Stefania Aledi









Da sinistra: una delle tante focaccerie nel centro di Genova; la sede storica dell'Antica Focacceria San Francesco, a Palermo e uno scorcio di Chieti, in Abruzzo, dove la specialità è la pizza "scima".



Focaccia genovese
pag. 84

Semplice come il pane, appetitosa come una pizza, la focaccia è uno dei nostri emblemi dil cibo genuino e stradaiolo, da gustare a tutte le ore del giorno e perfino nelle ore piccole della notte, quando arriva quel certo languorino. A seconda delle regioni, o addirittura dei singoli paesi, la tradizione ha interpretato variamente il connubio basico tra farina, acqua e olio arricchendolo di ingredienti tipici, dandogli forme particolari e connotandolo di dettagli capaci di fare la differenza. Ne nascono focacce straordinariamente uniche nelle loro mille declinazioni. Come la focaccia genovese, di goduriosa untuosità, la pizza scima abruzzese, friabile e croccante, e lo sfincione palermitano, alto e "mollicoso", di soffice morbidezza. Già, perché uno dei segreti di queste specialità apparentemente semplicissime è l'attenta lievitazione, che può richiedere ore. Come nel caso della "fugassa" di Genova, simbolo della città tanto quanto la Lanterna e il Porto Antico. Cibo "pe-i scignuri e pe-i camalli (i facchini)", era addirittura la prima colazione, pucciata nel latte, di chi si svegliava all'alba

> *continua a pag. 85*

FOCACCIA GENOVESE

PER 8 PERSONE
300 g di farina 0 - 1 cucchiaino di malto d'orzo (o di zucchero) - 15 g di lievito di birra fresco - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Riunite in una ciotola 2 dl scarsi di acqua tiepida con il lievito sbriciolato, il malto (o lo zucchero) e 2 cucchiai d'olio. Unite la metà della farina e mescolate fino a ottenere un impasto morbido e liscio. Aggiungete la farina rimasta e 1 cucchiaio colmo di sale e lavorate l'impasto per almeno 10 minuti. Coprite con un telo umido e lasciate riposare per 15 minuti.
● **2** Trasferite l'impasto in una placca da forno leggermente unta d'olio e stendetelo in modo da ottenere un rettangolo dello spessore di 3 dita. Spennellate la superficie con poco olio, ponete la placca nel forno spento e lasciate lievitare la pasta per 1 ora. Quindi, stendetela in modo da occupare tutta la placca, schiacciandola con le mani; cospargete la superficie con un pizzico di sale e lasciatela lievitare per altri 30 minuti.
● **3** Versate sull'impasto 1/2 dl d'acqua, poi 1/2 dl d'olio e distribuiteli sulla superficie, premendo con la punta delle dita, in modo da ottenere tante fossette. Lasciate lievitare l'impasto ancora per 1 ora e cuocete la focaccia nel forno già caldo a 230° per 20 minuti.

MEDIA
● **Preparazione 15 minuti + riposo**
● **Cottura 20 minuti** ● **230 cal/porzione**

SFINCIONE PALERMITANO

PER 8 PERSONE
400 g di farina 0 - 0,12 g di lievito di birra fresco - 1 grossa cipolla bionda - 300 g di pomodori pelati - 60 g di caciocavallo semistagionato - 25 g di filetti di acciuga sott'olio - 1 rametto di origano essiccato - 2 cucchiai di pangrattato - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Setacciate la farina sul piano di lavoro, mettetevi al centro il lievito sbriciolato e 2 dl d'acqua tiepida e iniziate a incorporare gli ingredienti, partendo dal centro. Quando il lievito è ben amalgamato, unite 1 cucchiaino di sale e continuate a lavorare l'impasto per 10 minuti. Trasferitelo in una ciotola leggermente unta d'olio, copritela con un foglio di pellicola e lasciatela lievitare in luogo tiepido per 2 ore.
● **2** Nel frattempo, sbucciate la cipolla, tagliatela a fettine sottilissime e fatela stufare in una padella con 2 cucchiai d'olio e 2 d'acqua fino a quando diventa morbida e trasparente. Unite i pomodori spezzettati con una forchetta, regolate di sale e cuocete il sugo su fiamma bassa, coperto, per 20 minuti.
● **3** Sgonfiate leggermente l'impasto lievitato, stendetelo in una teglia unta d'olio a uno spessore di circa 2 cm, distribuite sulla superficie le acciughe spezzettate, proseguite con il caciocavallo a cubetti e completate con la salsa di pomodoro. Cospargete la superficie con l'origano e il pangrattato e cuocete lo sfincione nel forno già caldo a 220° per circa 25 minuti.

MEDIA
● **Preparazione 25 minuti + riposo** ● **Cottura 55 minuti** ● **270cal/porzione**

PIZZA SCIMA ABRUZZESE

PER 8 PERSONE
350 g di farina 00 più quella per la spianatoia - 0,2 dl di vino bianco secco - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Setacciate la farina facendola cadere sulla spianatoia e disponetela a fontana. Mettete nell'incavo 1 cucchiaino di sale e versatevi la metà del vino mescolato con 1 dl d'olio.
● **2** Iniziate ad amalgamare gli ingredienti partendo dal centro della fontana, unendo il vino rimasto e ancora 1/2 dl d'olio. Lavorate l'impasto fino a ottenere un composto liscio e omogeneo e stendetelo sul piano di lavoro infarinato in una sfoglia rotonda dello spessore di circa 1,5 cm.
● **3** Trasferite la pasta su una teglia rivestita con carta da forno e, con la punta di un coltellino, incidete la superficie con tagli obliqui a croce. Cospargete con 2 cucchiai d'olio e un pizzico di sale e cuocete nel forno già caldo a 250° per circa 30 minuti.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti**
● **Cottura 30 minuti** ● **330 cal/porzione**



Sfincione palermitano



> segue da pag. 83

e di chi si svegliava più tardi. Va stesa sottile, cosparsa di sale marino grosso e schiacciata con la punta delle dita in modo da formare le tipiche fossette (gli "ombrisalli", cioè gli ombelichi) che raccoglieranno il delicato extravergine ligure "come le lacrime di un pianto, ma un pianto di gioia", raccontava Vittorio G. Rossi nel suo libro "Maestrale".

Se la focaccia genovese viene gustata quasi sempre da sola, la "pizza scima" abruzzese viene utilizzata come sostituto del pane, per raccogliere i sughetti di pesce e accompagnare i tipici arrosticini, formaggi e salumi. La caratteristica di questa schiacciata, probabilmente di origine ebraica, è di essere azzima (la pasta non è lievitata, da cui il nome "scema"), perciò risulta di consistenza compatta, friabile e croccante. Tutto l'opposto dello sfincione palermitano, tradizionale pietanza natalizia e cibo di strada per eccellenza: l'impasto soffice e spugnoso - come suggerisce la derivazione del nome, dal latino "spongia" - lievitato ad arte, sta a metà tra pane e pizza napoletana. Ghiottoneria del sudismo gastronomico, prevede un ricco condimento con cui si è liberi di abbondare, a piacere: il fondente caciocavallo, preferibilmente ragusano, la sapidità delle acciughe, il sugo di pomodoro e cipolla. Sopra tutto, la crosticina croccante delle briciole di pane raffermo. Se passate per Palermo, "accattativi u sfincionello", come chiamano gli ambulanti. Ma che sia ben caldo.

Pizza scima

In queste pagine: piano in marmo Fantini Marmi; Grembiuli Coin Casa; canovaccio C&C Milano; tovaglietta americana e tovagliolo Marina C. Indirizzi a pagina 6.



Per maggiori informazioni sul Programma PAYBACK, incluse le modalità di accumulo ed utilizzo dei punti per i singoli Partner e relative limitazioni, il Regolamento del Programma, l'informativa privacy e i punti vendita aderenti vai su PAYBACK.it. Promozione valida dal 15 febbraio al 31 marzo al primo acquisto nei Mondadori Store con carta PAYBACK.

Finocchiona

TIPICAMENTE TOSCANA, HA CARATTERE PUNGENTE E CONSISTENZA MORBIDA. CON UN GUSTO DECISO, SPEZIATO E AROMATICO

a cura di Marina Cella, testo di Manuela Soressi, foto di Maurizio Lodi, ricetta di Livia Sala, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

È una delle più giovani Igp italiane (aprile 2015) ma anche uno dei salami più antichi del nostro Paese: la finocchiona è documentata già nel Medioevo nel Chianti fiorentino e da allora non è mai mancata sulle tavole dei fiorentini, degli aretini, di senesi e lucchesi. Oggi, sotto la supervisione del Consorzio di tutela (finocchionaigp.it), viene prodotta in tutta la Toscana, di cui è probabilmente l'insaccato più tipico: per gli ingredienti ma anche per il suo carattere pungente e schietto.

> segue a pag. 88





segue da pag. 87

La finocchiona è frutto di due materie prime prettamente locali: la carne di maiale, utilizzata in norcineria dai tempi di Etruschi e Latini, e il finocchio selvatico, che per secoli ha rappresentato il surrogato locale e a basso prezzo del più esotico e pregiato pepe. Tanto da venir usato non solo per conservare gli insaccati ma anche per coprirne gli eventuali difetti: da qui il termine "infinocchiare" che usiamo ancora oggi. La finocchiona Igp dei nostri giorni non è molto diversa da quella di allora, poiché il processo di produzione è rimasto sostanzialmente lo stesso. Si parte dalla carne fresca di suini pesanti di genealogia italiana, anche di cinta senese. I diversi tagli (in particolare spalla, rifilature del prosciutto, gola, pancetta e pancettona) vengono rifilati e macinati a grana media, per essere poi impastati con sale, pepe, aglio, semi o fiori di finocchio. Alcuni produttori aggiungono anche vino rosso, com'è tradizione. L'impasto è poi insaccato nel budello, con una legatura fatta a mano. La finocchiona viene ricoperta con una miscela di sugna, pepe e farina di riso (che rimarrà come un velo bianco sul salume) e lasciata asciugare per 7-10 giorni. Segue una breve stagionatura (15-45 giorni).

Con il pane "sciocco" o nei ripieni

La finocchiona è un insaccato dalla forte personalità, che si fa notare prima al naso e poi al palato, per il profumo intenso, il gusto deciso, l'aroma persistente. È una primadonna così ingombrante da amare la semplicità e richiedere ben pochi orpelli. Il suo accompagnatore preferito è il pane toscano, che essendo "sciocco" (senza sale) ne attutisce la sapidità. A Firenze si abbina alla schiacciata, a Siena si usa per farcire il ciaccino (la tipica schiacciata locale). Un altro grande classico è accostarla al pecorino toscano, tagliato a pezzetti e servito su crostini di pane caldo, e proporla su un tagliere con verdure sott'olio o sott'aceto. Ma di recente si osano anche abbinamenti più insoliti, come quello con le mele a spicchi e in insalate verdi con carciofini, arance e pecorino toscano. In cucina la finocchiona si può utilizzare in sughi per primi piatti e in ripieni per la pasta; oppure in secondi di carne, come nella farcitura per la faraona.

BOCCONCINI DI FINOCCHIONA E RICOTTA

PER 4 PERSONE
100 g di finocchiona toscana - 100 g di ricotta - 60 g di pecorino toscano - 80 g di olive sott'olio denocciolate - 1 mazzetto di origano fresco - pane toscano - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Tritate grossolanamente le olive e grattugiate il pecorino con la grattugia a fori grossi. Riunite in una terrina la ricotta, il pecorino e le olive e mescolate in modo da ottenere un composto omogeneo. Regolate di sale, pepate e profumate con qualche fogliolina di origano spezzettata.
● **2** Tagliate le fette di finocchiona in modo da ricavarne tante striscioline di un paio di cm di larghezza. Spalmatele con il composto preparato, quindi arrotolatele in tanti bocconcini.
● **3** Tagliate il pane a fettine sottili, spennellatele con poco olio e tostatele in una padella di ferro o su una bistecchiera. Servite i bocconcini con il pane tostato.

FACILISSIMA ● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 3 minuti** ● **405 cal/porzione**

BERE GIUSTO
Nella ricetta l'effetto pungente dell'aglio è in parte stemperato dalla ricotta e dalle olive; ciononostante la sensazione morbida e grassa è, se possibile, ancora più evidente. Un Ciliegiolo maremmano giovanile e incisivo è bravo a condividere l'impatto del cibo ma anche a contrastare il cuore dei bocconcini e l'untuosità del pane.





IL PRIMO PASSO PER IMPARARE A LAVORARE SUL WEB.

digital school

LA SCUOLA DI FORMAZIONE DI

DONNA MODERNA | CASA facile | sale&pepe

Diventa un esperto di comunicazione on line, grazie a Donna Moderna, Casa Facile e Sale&Pepe. Passo dopo passo, potrai crescere con loro come "Social Contributor".

CORSI **ON LINE** • **DISPONIBILI** •

Iscriviti subito ai corsi on line della Digital School. Non perdere questa grande opportunità: 11 lezioni di Content & Social Media Management, per diventare un esperto digitale, più 5 percorsi formativi completi, acquistabili sul sito anche singolarmente. Ogni corso prevede materiale didattico: **video**, **dispense** e **test game**. Al termine di ciascuna lezione verrà rilasciato un attestato di frequenza. Scegli i corsi ideali per te: dal **SEO** (Search Engine Optimization) alle **DIGITAL PR**, dalla **FOTOGRAFIA PER BLOG E SOCIAL MEDIA** al **SEARCH E SOCIAL MEDIA ADVERTISING**, dall'**E-COMMERCE** all'**ENGAGEMENT STRATEGY**, dal **PIANO EDITORIALE** all'**APRIRE UN BLOG**, l'ultima grande novità firmata Digital School.

Sponsor tecnico: BlackBerry.

In collaborazione con: la Scuola di Cucina sale&pepe — MASTER IN MARKETING DIGITAL COMMUNICATION SALES MANAGEMENT

Iscriviti subito su **www.digitalschool.it**

Fragole & limone

UN CONNUBIO CLASSICO IN GELATI E DESSERT AL CUCCHIAIO, DA PROVARE ANCHE IN CROSTATE, MILLEFOGLIE E TRECCE FARCITE. CHE CONQUISTANO CON UNO STUZZICANTE TOCCO ACIDULO

a cura di Marina Cella, ricette di Antonella Pavanello, foto di Francesca Moscheni, styling di Sissi Valassina



Crostata ai pistacchi
pag. 96



Tortine
allo zenzero
pag. 96

Tessuti C&C, piattini
La Rinascente, posate Funky
Table. Nella pagina accanto:
tessuto Pierre Frey.
Indirizzi a pagina 6

Tessuto C&C, piatti e ciotolina in raku The FreakyRaku Ceramics by Zaira Zarotti, fondina Emile Henry. Nella pagina accanto: piatto Funky Table, paletta Zara Home. Indirizzi a pagina 6



Pudding di pan brioche

pag.96

MILLEFOGLIE CON PANNA GLASSATA AL LIMONE

PER 6 PERSONE
1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare stesa di 230 g - 24 grosse fragole se possibile della stessa altezza + 1 per decorare - 300 ml di panna fresca - 100 g di zucchero a velo + quello per spolverizzare la torta - 1 limone non trattato

● **1** Accendete il forno a 180°. Togliete la pasta sfoglia dal frigorifero e aspettate 2-3 minuti prima di srotolarla. Con un coltello affilato ritagliate dalla sfoglia 2 rettangoli di 15x20 cm e appoggiateli su una teglia rivestita di carta da forno. Copriteli con un altro foglio di carta da forno e appoggiatevi sopra una seconda teglia.
● **2** Trasferite il tutto in forno e cuocete per 10 minuti. Eliminate la teglia superiore e la carta da forno che ricopre i rettangoli di sfoglia e proseguite la cottura per altri 5 minuti finché saranno dorati. Lasciateli raffreddare.
● **3** Lavate il limone, asciugatelo, grattugiate la scorza e spremetene il succo. Mescolate in una ciotola 60 g di zucchero a velo con 2 cucchiai del succo di limone fino a ottenere una glassa liscia. Lavate le fragole, asciugatele, eliminate i piccioli e tagliatele a metà in senso verticale. Montate la panna molto fredda con lo zucchero a velo rimasto e trasferitela in un sac à poche con bocchetta liscia di 1,5 cm di diametro.
● **4** Con molta delicatezza spalmate la superficie dei 2 rettangoli di sfoglia con la glassa al limone. Trasferitene uno sul piatto da portata e appoggiatevi sopra le mezze fragole facendo in modo che i lati tagliati siano perpendicolari ai bordi del rettangolo e lasciando circa 1,5 cm di spazio tra una e l'altra. Riempite i vuoti con la panna montata spremendo dal sac à poche tanti ciuffi della stessa altezza delle fragole.
● **5** Spolverizzate fragole e panna con la scorza del limone. Appoggiate sulle fragole e la panna il secondo rettangolo di sfoglia glassata, spolverizzate con lo zucchero a velo e decorate con una fragola tagliata a fettine orizzontali. Servite la millefoglie o conservatela in frigorifero fino al momento di servire.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 15 minuti** ● **370 cal/porzione**





1



2



3



4

TRECCIA DANESE DI FRAGOLE E PHILADELPHIA AL PROFUMO DI LIMONE

PER 8 PERSONE

per la pasta: 325 g di farina - 1/2 panetto di lievito di birra - 125 ml di latte - 60 g di burro fuso freddo - 50 g di zucchero - 1 uovo - la scorza grattugiata di 1 limone non trattato - un pizzico di sale - per il ripieno: 240 g di formaggio cremoso tipo Philadelphia - 1 uovo - 50 g di zucchero - 1 bustina di vaniglina - 2 cucchiai di confettura di fragole - 300 g di fragole - la scorza grattugiata di 1 limone non trattato - per rifinire: 2-3 cucchiai di latte - 40 g di zucchero a velo - 1 cucchiaio abbondante di succo di limone

● **1** Disponete la farina a fontana, unite il lievito sbriciolato nel latte, il burro fuso, 1/2 uovo (sbattete un uovo intero e prelavatene metà, conservando l'altra per rifinire), la scorza di limone e il sale. Impastate per circa 10 minuti a mano o con un'impastatrice. Formate una palla e lasciatela lievitare in una ciotola coperta con la pellicola per almeno un'ora. ● **2** Preparate il ripieno. In una ciotola mescolate il formaggio con l'uovo, lo zucchero e la vaniglina fino a ottenere un composto soffice e omogeneo. Lavate le fragole, asciugatele, eliminate i piccioli e tagliatele a fette di 4-5 mm di spessore. ● **3** Riprendete la pasta e stendetela sulla carta da forno formando un grosso rettangolo. ● **4** Appoggiate al centro uno stampo da plum cake e con un coltello affilato incidete la pasta con 4 tagli che proseguono i lati lunghi dello stampo, poi con tagli laterali obliqui e paralleli. ● **5** Togliete lo stampo e al suo posto stendete la crema di formaggio. ● **6** Sopra la crema stendete la confettura. ● **7** Proseguite con le fragole e spolverizzatele con la scorza di limone. ● **8** Richiudete la pasta sul ripieno piegando prima i lati corti e poi intrecciando sopra le fragole le strisce laterali. Spennellate la superficie della treccia con il 1/2 uovo tenuto da parte diluito con il latte e infornatela a 180° per 30 minuti circa finché risulterà gonfia e dorata. Mescolate lo zucchero a velo con il succo di limone e versate la glassa sulla treccia con un movimento a zigzag. Fate raffreddare e servite.

FACILE ● **Preparazione 30 minuti + riposo** ● **Cottura 30 minuti** ● **400 cal/porzione**



5



6



7



8

Tessuto C&C,
piatto rettangolare
La Rinascente,
piatti Bitossi,
posate Funky Table.
Indirizzi a pagina 6





CROSTATA DI FRAGOLE AI PISTACCHI

PER 8 PERSONE
per la pasta: 150 g di farina - 25 g di pistacchi sgusciati e spellati - 100 g di burro - 50 g di zucchero - 1 tuorlo - la scorza di 1 limone non trattato per la farcia: 2 uova - 50 g di zucchero - 2 limoni - 30 g di pistacchi sgusciati e spellati - 50 g di burro fuso per guarnire: 400 g di fragole - zucchero a velo - granella di pistacchi

● **1** Preparate la pasta. Tritate molto finemente i pistacchi e mescolateli alla farina e allo zucchero; unite il burro a pezzetti, il tuorlo e la scorza di limone e impastate rapidamente gli ingredienti fino a formare una palla. Avvolgetela nella pellicola e fatela riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.
● **2** Accendete il forno a 180°. Riprendete la frolla dal frigorifero e stendetela in un disco con cui rivestirete il fondo e i bordi di una teglia di 26 cm di diametro. Bucherellate il fondo con una forchetta e infornate per 20 minuti circa.
● **3** Preparate la farcia. In una ciotola mescolate le uova, lo zucchero, la scorza e il succo dei limoni, i pistacchi tritati finemente e il burro fuso. Versate il composto nel guscio di frolla e infornate per altri 25 minuti circa finché la pasta sarà ben dorata.
● **4** Nel frattempo lavate le fragole, eliminate i piccioli e tagliatele a fettine orizzontali. Togliete la crostata dal forno e fatela raffreddare. Prima di servire disponete le rondelle di fragole sulla superficie, spolverizzate con lo zucchero a velo e guarnite il bordo della torta con la granella di pistacchi.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti + riposo**
● **Cottura 45 min** ● **345 cal/porzione**



TORTINE ALLO ZENZERO CON CREMA DI LIMONI VERDI

PER 4 PERSONE
160 g di biscotti allo zenzero - 80 g di burro - 3 limoni verdi - 1 scatola di latte concentrato (397 g) - 4 tuorli - 200 g di fragole - 1 pezzetto di zenzero di 3 cm - zucchero a velo

● **1** Accendete il forno a 160°. Fate fondere il burro in un pentolino, riducete i biscotti in polvere frullandoli nel mixer e mescolateli al burro fuso. Posizionate 4 anelli di 8 cm di diametro su una teglia foderata di carta da forno. Suddividete il composto ottenuto nei 4 anelli e schiacciatelo con il dorso di un cucchiaino per modellare il fondo delle tortine. Infornatele per circa 10 minuti.
● **2** Lavate e asciugate i limoni, grattugiate la scorza poi spremeteli fino a ottenere 1,5 dl di succo. Tenete da parte un pizzico di scorza per il decoro e unite la rimanente al latte concentrato, al succo dei limoni e ai tuorli. Mescolate bene poi suddividete il composto in parti uguali nei 4 anelli. Infornate nuovamente per circa 25 minuti finché il centro della crema sarà rappreso e i bordi inizieranno a dorarsi.
● **3** Mettete le tortine in frigo per almeno 3 ore. Nel frattempo sbucciate lo zenzero e schiacciatelo con uno spremiaglio per ricavarne il succo. Lavate le fragole, asciugatele, eliminate il ciuffo verde, tagliatele a cubetti di pochi millimetri e mescolatele con il succo di zenzero.
● **4** Sfilate gli anelli dalle tortine dopo aver passato lungo il bordo la punta di un coltellino. Distribuite le fragole sulle tortine, spolverizzatele di zucchero a velo, guarnite con la scorza di limone tenuta da parte e servite.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti + riposo**
● **Cottura 35 minuti** ● **750 cal/porzione**



PUDDING DI PAN BRIOCHE, FRAGOLE E LEMON CURD

PER 6 PERSONE
500 ml di panna fresca - 3 uova - 75 g di zucchero semolato + 2 cucchiai - 1 baccello di vaniglia - 6 cucchiai di lemon curd - 6 fette di pan brioche - 500 g di fragole - zucchero a velo - petali di fiori secchi (malva, rosa…)

● **1** Accendete il forno a 180°. Mettete la panna in un pentolino con la vaniglia tagliata in senso verticale, portatela al limite del bollore, toglietela dal fuoco e fatela intiepidire. In una ciotola mescolate le uova con lo zucchero semolato; eliminate la vaniglia dalla panna e unite quest'ultima poca alla volta al composto di uova, continuando a mescolare con una frusta.
● **2** Lavate le fragole, asciugatele, eliminate i piccioli e tagliatele a spicchi. Mettete un cucchiaio di lemon curd sul fondo di 6 ciotole o pirofile da forno della capacità di 2,5 dl. Appoggiatevi sopra uno strato di fragole, usando metà di quelle preparate; coprite con una fetta di pan brioche per ciascuna ciotola e poi con le rimanenti fragole. Versate un mestolo di pastella alla panna in ogni porzione, suddividendola in parti uguali, e spolverizzate con i 2 cucchiai di zucchero semolato.
● **3** Trasferite le ciotole su una teglia e fatele riposare 5-6 minuti in modo che il pane assorba bene il liquido. Infornate i pudding per 25 minuti circa finché la superficie sarà leggermente dorata e la pastella rappresa bene anche al centro.
● **4** Lasciate riposare i pudding per 10 minuti fuori dal forno e serviteli spolverizzati di petali di fiori secchi e pochissimo zucchero a velo.

FACILE
● **Preparazione 25 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **470 cal/porzione**


sale&pepe
Veg
IN EDICOLA DAL 31 MARZO
Oltre 100 pagine di ricette, tra creazioni gourmand, sfizi da picnic, invenzioni con alghe e seitan e, ancora, dolci con gli ortaggi.
Per vegetariani e vegani, ma non solo

Bavarese con tisana e frutta confit

RICOTTA, FIORI D'ARANCIO, FICHI CARAMELLATI E CIALDE ALLE MANDORLE, PER QUATTRO CONSISTENZE DIVERSE CHE SI COMBINANO IN UN DESSERT AL CUCCHIAIO DI GRANDE EQUILIBRIO

ospite nella nostra cucina Chiara Patracchini, a cura di Mauro Cominelli, foto di Michele Tabozzi











INGREDIENTI PER 8 PERSONE
per la tisana: 5 g di fiori d'arancio - 15 g di zucchero di canna - 4 g di gelatina in fogli
per la bavarese: 3 albumi - 50 g di miele acacia - 200 g di ricotta di capra - 25 g di zucchero semolato - 2 dl di panna - 15 g di granella di pistacchi, meglio se di Bronte - 15 g di pinoli - 1/2 arancia non trattata - sale
per la frutta confit: 200 g di fichi neri - 50 g di zucchero canna - 2 g di fiori d'arancio
per le cialde alle mandorle: 35 g farina 00 - 35 g di burro morbido - 1 albume - 35 g di zucchero - 15 g di mandorle a lamelle

● **1** Per la tisana, portate a bollore 2 dl l'acqua con lo zucchero, mettete in infusione i fiori d'arancio per 20 minuti e filtrate. Fate sciogliere la gelatina (prima ammollata in acqua fredda, sgocciolata e strizzata) in 2 cucchiai della tisana calda. ● **2** Per la bavarese: mentre scaldate il miele a 100°, iniziate a montare gli albumi con lo zucchero e un pizzico di sale per 1 minuto, aiutandovi con la frusta elettrica. Versate il miele a filo sugli albumi, continuando a montare. ● **3** Unite la ricotta setacciata, la scorza grattugiata dell'arancia, i pinoli e i pistacchi. ● **4** Amalgamate anche la panna semimontata e il composto di gelatina; distribuite il composto in 8 stampini e mettete in frigo per 1 notte ● **5** Per la frutta confit, cuocete a fuoco basso i fichi a spicchi per 7-8 minuti; unite lo zucchero, 1 cucchiaio di acqua e i fiori e cuocere per altri 7-8 minuti. ● **6** Per le cialde alle mandorle, impastare farina, burro, albume e zucchero e lasciate riposare il composto in frigo per 10 ore. ● **7** Stendetelo con una spatola su un tappetino in silicone, in modo da ricavare 8 strisce di circa 15x2 cm. ● **8** Posizionate sopra le strisce le mandorle a lamelle, trasferite il tappetino in forno già caldo a 160° e cuocete per 8 minuti. Sformate le bavaresi in 8 piatti dal bordo alto e versate la tisana rimasta; distribuite sopra le bavaresi i fichi confit e completate con le cialde di mandorle. Decorate a piacere con germogli e fiori d'arancio.

SUGGESTIONI DI SICILIA

Per realizzare questo dessert Chiara Patracchini (pasticciere al ristorante La Credenza di San Maurizio Canavese) si è ispirata ai profumi della Sicilia. L'aroma primaverile della tisana dei fiori di zagara circonda come un mare l'isola di ricotta. Le piccole bavaresi, a ogni cucchiaiata, svelano l'intensa fragranza dei pistacchi di Bronte e l'inconfondibile sapore della scorza d'arancia. Senza dimenticare che la cremosità centrale del dessert è controbilanciata dalla croccantezza delle cialde alle mandorle, altra eccellenza siciliana. Come i fichi caramellati che danno il tocco finale: il loro retrogusto amarognolo conferisce al dolce il giusto equilibrio. Un capolavoro da gustare con un bicchierino di passito di Pantelleria.










la Scuola di Cucina
sale&pepe
SCOPRI IL TUO TALENTO IN CUCINA CON LA SCUOLA DI SALE&PEPE
Da ca' puccino in Piazza Diaz 5,
a Milano, a pochi passi dal Duomo.
GUARDA
il nuovo calendario
dei corsi di cucina e
ISCRIVITI ON LINE
Una location speciale, dove cucini tu!
Tanti nuovi corsi e attività
Per info e prenotazioni www.scuoladicucina.it
oppure chiama il numero 02.75423300
Seguici anche su #TalentoInCucina
Aperta 7 giorni su 7
Postazioni di lavoro attive
Sede tecnologica e dal design contemporaneo
Cucina altamente attrezzata
Lezioni private o di gruppo
Percorsi enogastronomici
Eventi aziendali
Feste private e di compleanno
Degustazione finale dei piatti preparati, abbinati ai vini biologici Ciù Ciù.
IN COLLABORAZIONE CON
Arclinea
ca' puccino
NEFF
SPONSOR UFFICIALI
PHILIPS
Emilia
Zaini
DUE VITTORIE
Saeco
Barilla
Exquisa
MOLINO GRASSI
MEGGLE
MONDADORI

BUONE LETTURE

SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue

IL LIBRO DEL MESE

Giornalista e conduttrice televisiva, seguitissima gourmet d'oltremanica, Julie Andrieu riversa in questo libro la sua passione per il cibo degli Dei. E non solo: riesce a coniugare tutto il rigore di un manuale di pasticceria con un linguaggio fresco e accattivante e un'impostazione grafica ricca e sbarazzina. Biscotti, torte, flan, gelati e granite, charlotte, dolci farciti, pane, cookies, mousse, tiramisù… ben 384 pagine di ricette illustrate, golose ma facili, tutte allegramente testate da Julie. Il libro dà... assuefazione: i cioccogolosi lo troveranno irresistibile.

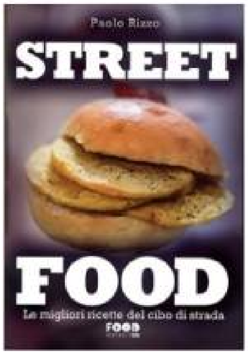
L'ABC DEL CIOCCOLATO

di Julie Andrieu, Guido Tommasi Editore a 29,90 €



"... palet, glassatura, decorazioni, fudge sono mille ciliegine sulla torta senza le quali il piacere non sarebbe lo stesso. E si possono preparare in anticipo e in quantità..."

dall'introduzione al volume



STREET FOOD. LE MIGLIORI RICETTE DEL CIBO DI STRADA

di Paolo Rizzo, Ultra Edizioni, a 22 €

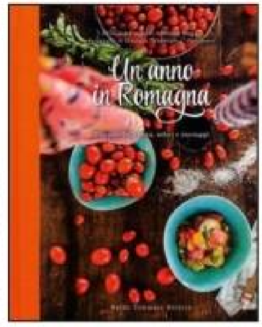
Il gusto della contemporaneità: panini, patate, piadine, ma anche polpette e fritti. Aumentano i cibi da gustare in versione "strada". Ormai lo street food è considerato un nuovo capitolo del mondo gourmet e il volume riunisce alcune delle migliori proposte e ricette "street". Dai punti di ristoro ai truck fino alla classica Ape, l'autore offre una mappa e un ritratto reale dell'Italia che non si siede a tavola. Pasti veloci e trend modaioli, ecco tanti ricette utili, divertenti e golose, da ripensare in chiave asporto, in omaggio alla nuova socialità della cucina.

DELIZIE REGIONALI

"La cucina napoletana", Newton Compton Editori, a 14,90 € e "Un anno in Romagna", Guido Tommasi Editore, a 28 €

A Napoli la cucina è un'arte vera e propria che vuole passione: il primo volume offre 200 classici della gastronomia locale "conditi" con aneddoti, proverbi, curiosità e cenni storici. Nel secondo, 2 amiche in viaggio per un anno raccontano l'essenza di un territorio, colta nei colori delle foto, nei prodotti locali e nelle golose ricette.





IL CONIGLIO D'ORO

di Luigi Serafini e Daniela Trasatti, Rizzoli Collana Arte, a 30 €

Un libro mai visto, una vera leporipedia (o cunipedia?) fantastica, dove il coniglio è raccontato in tutti i suoi aspetti, culturali e alimentari. Splendidamente illustrato dall'autore del "Codex Seraphinianus" (libro di culto sulle metamorfosi grafiche), il volume passa dal significato di simboli e mitologie ai conigli immaginari della letteratura e del cinema, con citazioni e aneddoti. Da Confucio a Walt Disney, senza tralasciare le varie superstizioni e, naturalmente, gli usi alimentari nei vari Paesi. Per studiosi, curiosi e gourmet.





IL PROGETTO DELLA TAVOLA

di Alessia Cipolla, Franco Angeli Edizioni, a 26 €

Le nuove regole del bon ton tengono conto di tanti fattori, come ambiente, spazio, colori e equilibrio tra i commensali. Psicologia e antropometria (la scienza che misura il corpo umano) suggeriscono, nelle pagine di questo volume, un allestimento contemporaneo e versatile, che comprende scelta del menu, apparecchiatura, mise en place e convivialità.





Atene

VIVACE, DIVERTENTE, CHIACCHIERONA, LA CAPITALE GRECA HA TROVATO IL MODO DI FARCI GODERE AL MEGLIO DEI SUOI INESTIMABILI TESORI, COMPRESI QUELLI PIÙ PROFUMATI E APPETITOSI

testi di Daniela Falsitta, foto di Felice Scoccimarro. Si ringrazia Taverna Klimataria per le ricette e la realizzazione dei piatti

Che Atene sia come un'isola, la più grande della Grecia, te ne accorgi standole in cima. Dal punto più alto della collina del Licabetto, raggiunta dalla teleferica, ogni sera decine di persone ammirano stupefatte le distese di tetti bianchi che fanno somigliare la capitale a una gigantesca Mykonos. Sembrano grandi ali che arrivano fino al mare e si dispiegano tutt'intorno alla collina, prima che altre montagne, più aspre e selvatiche, comincino a salire. Quando il sole finisce di mischiare i suoi raggi alle colonne rosa del Partenone e si tuffa nell'Egeo, è ora di tornare nelle strade sottostanti. Con 4,5 milioni di abitanti dell'area metropolitana che non hanno mai perso la voglia di uscire, mangiare e bere, il centro storico è rimasto vitale e goloso come negli anni pre-crisi. La differenza è che oggi la città è diventata più abile nel mettere in luce i suoi tesori. Persino la visita della splendida Acropoli non richiede più una faticosa salita a piedi: ci si arriva facilmente noleggiando bici elettriche disponibili a pochi euro. Al ritorno, senza lasciare i pedali, ci si infila tra i vicoli di Anafiotika, un quartiere ottocentesco che venne fatto costruire dagli abili muratori di Anafi e appare molto simile alla loro isoletta natale.

> segue a pag. 104

A sinistra, la città vista dalla collina del Licabetto e il cambio della guardia in piazza Syntagma. A destra: il teatro di Erode Attico visto dall'Acropoli, un salumificio di Psirri e le "cariatidi" esposte nel Museo dell'Acropoli









SAGANAKI KESSARIAS

PER 4 PERSONE
1 piccolo peperone verde - 100 g di feta - 5 fette di sujuk (o sucuk, salsiccia stagionata e speziata da cuocere) - 60 g di pastourma (carne di manzo e di cammello essiccata e molto speziata, facoltativa) - 1/4 di cipolla - 2 uova - 1/2 pomodoro - olio extravergine d'oliva

● **1** In una piccola padella a due manici (saganaki, in greco) fate soffriggere la cipolla sbucciata e tritata con un cucchiaio d'olio. Quando è morbida unite prima il peperone mondato e tagliato a fettine e, dopo un paio di minuti, anche il pomodoro ridotto a cubetti.
● **2** Sgusciate le uova e, con le mani, incorporatele bene alla feta sbriciolata. Se lo usate, mescolate al mix di feta e uova anche il pastourma tagliato in piccoli pezzi (il gusto, in questo caso, diventa molto più forte).
● **3** Versate il composto preparato nel padellino con le verdure, mescolate velocemente e quindi abbassate il fuoco. Appena le uova sono un po' rassodate sistemate in superficie le fette di sujuk. Coprite il padellino e continuate a cuocere a fuoco medio per 8 minuti. Il saganaki kessarias si serve caldo come antipasto.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 20 minuti ● 175 cal/porzione

TACCUINO DI VIAGGIO

AIROTEL STRATOS VASSILIKOS
www.airotel.gr
Sotto la collina del Licabetto, un hotel confortevole ed economico. Colazione varia, sauna e palestra.

HILTON ATHENS
www.athens.hilton.com
La hall sterminata gira intorno a un albero piantato ai tempi dell'invasione turca. Skybar strepitoso e la piscina più grande di Atene.

TAVERNA KLIMATARIA
Platia Theatrou 2
La proprietaria intrattiene gli ospiti con una coinvolgente lezione di cucina greca. Prima si taglia, si impasta, si cuoce, poi si mangia. Per prenotare: klimataria.gr

VAROULKO SEASIDE
Akti Koumoundourou 52
Sul lungomare del Pireo, lo chef Lefteris Lazarou ha edificato il suo regno. Piatti raffinati ma non "estremi" a tutto pesce che gli hanno valso la stella Michelin.

HYTRA RESTAURANT
Leof. Andrea Siggrou 107
Lo chef stellato Mantis rinnova la cucina greca pur mantenendone i capisaldi. Ambiente e vista all'altezza.

FOOD TOUR ATHENS
www.athenswalkingtours.gr
Una passeggiata di 3 ore tra i mercati, le botteghe alimentari e i chioschi di cibo di strada ateniesi appagante per tutti i cinque sensi.

BAIRAKTARIS TAVERN
Pl. Monastirakiou 5
La taverna più famosa di Atene è affollata di famiglie greche. Segno che souvlaki, kebab, tzatzichi e dolmades sono come Zeus comanda.

MELISSINOS ART STUDIO
Agias Theklas 2
Sandali di cuoio dal 1920.

SOLEBIKE
Lempesi 11, solebike.eu
Noleggio bici elettriche per tour di Atene senza fatica.





Lo stiloso Galaxy Bar dell'Hilton, all'ultimo piano dell'hotel e, in alto, la facciata dell'Airotel Stratos Vassilikos.

La piazza di Monastiraki che, in pochi metri quadri, concentra monumenti medievali, dell'età classica e di quella romana.

> segue da pag. 102

Si prosegue tra i bei palazzi neoclassici e i tetti rossi della Plaka e infine si raggiunge l'effervescente Monastiraki. La sua piazza è l'ombelico di questa capitale perennemente senza sonno, sempre in cerca di allegria in salsa tzatziki: a ogni ora c'è chi spulcia le decine di bancarelle di libri usati e dischi in vinile, di macchine fotografiche e fumetti ingialliti, di argenteria e porcellane. Bastano 2 euro per comprare eccentriche posate d'argento, piatti smaltati appartenuti alla nonna e anche alla bisnonna, un po' di più per i giganteschi leoni da giardino, le poltroncine alla Paolina Bonaparte o i bauli di cuoio per viaggi in carrozza. Ma soprattutto, a Monastiraki, turisti e ateniesi si siedono nelle stesse taverne per ordinare un souvlaki senza sorprese, ma non per questo meno sfizioso. Se è venerdì sera, qualcuno si spinge fino al moderno Museo dell'Acropoli, aperto sino alle 22. Da qualche anno ha strappato al Museo nazionale di archeologia il primato del miglior museo di Atene ed è considerato tra i più belli di tutta Europa. La sua architettura in effetti è strabiliante: un parallelepipedo trasparente che poggia su 90 gambe di cemento, che a loro volta emergono dai resti di un sito abitato nel 500 a.C. La galleria superiore, rivolta verso il Partenone, riunisce le metope, cioè i marmi che rivestivano il tempio disposti nella corretta sequenza e alla giusta altezza per poter essere ammirati. Alcuni pezzi sono originali, altri riproducono i marmi rimossi dagli inglesi e conservati nel British Museum, pietre di una secolare discordia tra la Gran Bretagna e la Grecia che ne pretende la restituzione. Il ristorante del Museo serve specialità provenienti dall'intera nazione: dal formaggio di Creta alle olive della Macedonia, dalle lenticchie del nord alle fave di Santorini, fino alle salsicce di Lefkada.

> segue a pag. 107





SPANAKOPITA

PER 8 PERSONE
400 g di spinaci - 200 g di porri - 200 g di cipollotti - 350 g di feta - 1/2 mazzetto di aneto - 1/2 mazzetto di menta - 3 uova - 350 g di farina - olio extravergine d'oliva - aceto - sale

● **1** Riunite in una ciotola la farina e 1 cucchiaino di sale. Miscelate 150 ml d'acqua calda, 4 cucchiai d'olio e 1 d'aceto e versateli a filo mescolando, poi lavorate l'impasto per 20 minuti finché risulterà elastico e si staccherà dalle mani. Avvolgetelo nella pellicola e lasciatelo riposare per un'ora (meglio due) al fresco.
● **2** Mondate i porri e i cipollotti, tritateli e soffriggeteli con un filo d'olio. Toglieteli dal fuoco e mescolateli ancora caldi con gli spinaci lavati e tritati, le foglioline di menta e di aneto. Fate raffreddare, quindi unite la feta, 2 uova e un pizzico di sale.
● **3** Ricavate 6 panetti di pasta. Stendeteli con il mattarello infarinandoli bene fino a ottenere 6 dischi di 30 cm di diametro. Mentre ne lavorate uno tenete gli altri sotto un panno umido perché non secchino.
● **4** Sistemate un disco nella teglia oliata. Spennellatelo d'olio e sovrapponetene un altro, spennellate e coprite con un terzo. Distribuite la metà del ripieno. Unite un altro disco ed esaurite il ripieno. Terminate con gli ultimi due dischi spennellati d'olio. Sigillate bene il bordo della spanakopita e, con il dorso di un coltello, incidete delicatamente le fette per consentire alla torta di respirare. Cuocete in forno già caldo a 180° per un'ora. Dopo i primi 45 minuti spennellate la superficie con l'uovo rimasto leggermente sbattuto, quindi terminate la cottura e servite.

ELABORATA ● Prep. 45 minuti + riposo ● Cottura 70 minuti ● 360 cal/porzione



Un vicolo della Plaka, il quartiere costruito alle pendici dell'Acropoli nell'800 con bei palazzi in stile neoclassico.

Sotto, le foglie di vite usate per i dolmades sono esposte sui banchi di Psirri e, a destra, il pittoresco mercato della carne.





PEPERONI STUFATI RIPIENI DI FETA

PER 4 PERSONE
8 peperoni verdi lunghi (circa 600 g) - 500 g di formaggio feta - un ciuffo di aneto - una carota - olio extravergine d'oliva

● **1** Lavorate la feta con un cucchiaio, pelate la carota e grattugiatela, sciacquate le foglioline di aneto e spezzettatele. Riunite i tre ingredienti in una ciotola e mescolateli.
● **2** Lavate i peperoni, privateli della calottina superiore facendo attenzione a non rovinarla e mettetela da parte. Pulite l'interno dei peperoni, prima sotto il getto dell'acqua e poi con l'aiuto di un cucchiaio in modo da eliminare tutti i filamenti interni e i semini. Farciteli con la crema di feta usando un cucchiaino o una sac à poche e facendo molta attenzione a non lasciare spazi vuoti.
● **3** Sistemate i peperoni in una piccola teglia o pirofila leggermente unta d'olio, riposizionate le calottine per non far uscire il formaggio durante la cottura, quindi irrorateli con un cucchiaio d'olio e mezza tazza d'acqua. Cuoceteli in forno già caldo a 180° per circa 40 minuti girandoli a metà cottura e aggiungendo ancora un po' d'acqua se fosse necessario perché non devo arrostirsi ma stufare. Serviteli tiepidi oppure il giorno seguente, dopo averli scaldati in forno per pochi minuti.

FACILE
● Preparazione 25 minuti ● Cottura 40 minuti ● 400 cal/porzione







Il Partenone, esempio di perfezione dell'età classica. Fu costruito in modo da eliminare ogni effetto della distorsione ottica. A lato, il Museo dell'Acropoli e i loukoumades.









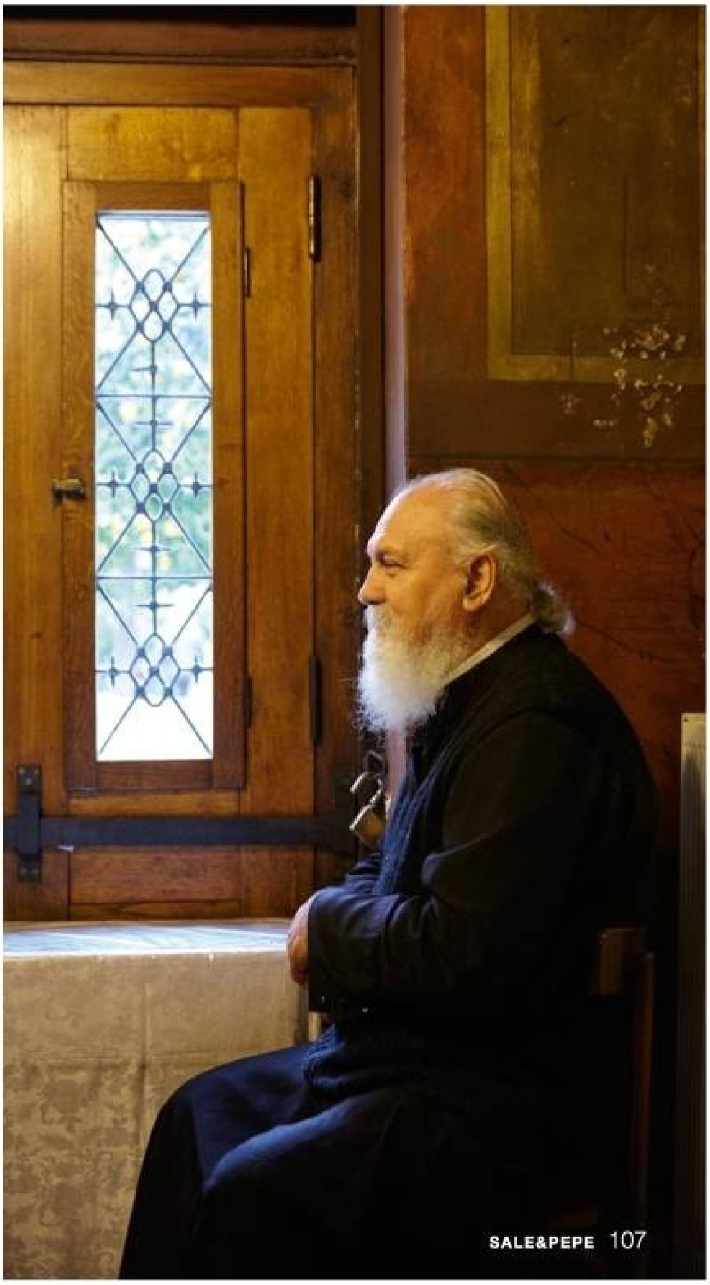


Tappa da Bougatsadiko, in piazza Iroon, per gustare la bougatsa, specialità a base di pasta fillo e crema, e ammirarne la lavorazione. Sotto, l'interno della chiesa bizantina di San Teodoro.

> segue da pag. 104

A Psirri per un giro a tutto food

Il cibo è anche il filo conduttore di un saporitissimo tour per le strade di Psirri, il quartiere dei mercati e delle botteghe alimentari. Si comincia dal venditore di koulouri, all'angolo tra le vie Stadiou e Korai. Nessun ateniese, all'ora di colazione, può fare a meno di sgranocchiare queste fragranti ciambelle al sesamo e sarà soltanto il primo dei molti spuntini che si concederà durante la giornata. Nell'attesa di sedersi a tavola qui si gusta un po' di tutto: pane intinto nell'olio, olive, loukoumades (frittelle coperte di noci, pistacchi e litri di miele), oppure la squisita bougatsa: in pochi secondi, sotto gli occhi dei passanti, il minuscolo panetto di fillo si trasforma in un telo di pasta grande come un lenzuolo che poi viene ripiegato e farcito con gesti così abili e precisi che non ci si stancherebbe mai di guardare. A Psirri si trovano anche il mercato della carne e quello del pesce, un tripudio di squame e tentacoli, gusci lucidi ancora gocciolanti di acqua di mare venduti a prezzi economicissimi. All'uscita l'olfatto è preda dei negozi di erbe. Non mancano venditori di miele, di olio (il migliore è quello di Lesbos), di aceti speziati con cardamomo e zenzero, di yogurt e ciliegie sciroppate da gustare al volo. Lungo la via Evripidou i salumifici sembrano foreste, con centinaia di salsicce appese ai soffitti al posto degli alberi. La specialità che profuma l'aria fino a renderla solida è il pastourma, una carne essiccata con paprica e cumino, arrivata in Grecia ai tempi delle migrazioni dei turchi dalla Cappadocia. La varietà più pregiata mescola carne di manzo e di cammello e con la sua spessa concia di aromi è un piacere davvero intenso, riservato soltanto ai palati più avventurosi o molto curiosi.





Mirto

DALLA MACCHIA MEDITERRANEA LA PIANTA SACRA A VENERE, DAL PROFUMO INEBRIANTE, DÀ SAPORE A CARNE, PESCE E PERSINO AL DOLCE

a cura di Monica Pilotto, testo di Mariarosa Schiaffino, ricette di Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro/Alkemia, styling di Stefania Aledi

Teglia Paderno, tovagliolo Opificio dei Sogni. Indirizzi a pagina 6



Pollo con mirto, patate dolci e arance
pag. 110

Impavido sotto il vento più sferzante e il sole più rovente, con qualcosa di eroico, come tutte le piante della macchia mediterranea, il mirto è un arbusto spontaneo sempreverde, con foglie ovali, forti e lucide, molto profumate, che tra giugno e agosto offre una fioritura spettacolare. Nell'antichità la pianta, della famiglia delle Myrtacee, era dedicata a Venere, dea della bellezza e dell'amore e qualche ramo di mirto non mancava mai nei matrimoni come augurio di fertilità e di fortuna. In effetti i fiorellini bianchi a cinque petali, dai vistosi stami dorati e dal profumo particolarmente intenso, sembrano pronti per un bouquet da sposa. In novembre maturano le bacche rotonde, di un bel blu viola, simili ai mirtilli, come dice anche il nome. Macerate in alcol con zucchero o miele, sono protagoniste di un liquore dal gusto spiccato, non troppo dolce, che ha buone capacità digestive e si beve con qualche cubetto di ghiaccio. Con l'aroma e il colore brillante, il mirto di Sardegna, protetto da alcuni produttori che si sono associati per valorizzarlo, è il tipico souvenir di una vacanza nell'isola. Sì perché, anche se la pianta cresce lungo il Mediterraneo, ha trovato qui la sua gloria massima, diventandone il profumo più caratteristico.

> *segue a pag. 111*

POLLO CON MIRTO, PATATE DOLCI E ARANCE

PER 8 PERSONE
1 pollo da circa 1,5 kg pulito - 400 g di patate dolci arancioni - 1 cipolla bionda - 2 chiodi di garofano - 4 rametti di mirto - 2 arance - 4 spicchi d'aglio - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero

● **1** Lavate il pollo, anche internamente, asciugatelo e farcitelo con 3 rametti di mirto e la cipolla sbucciata e steccata con i chiodi di garofano. Legatelo con spago da cucina, spennellatelo con poco olio, salate e pepate e disponetelo in una teglia rivestita con carta da forno; trasferite tutto in forno già caldo a 220° e cuocete per 50 minuti.
● **2** Nel frattempo, pelate le patate dolci, lavatele e tagliatele a lunghi spicchi. Conditele con una presa di sale, 3 cucchiai di olio, il mirto rimasto spezzettato, il succo delle arance filtrato e gli spicchi d'aglio schiacciati e disponete le patate intorno al pollo. Proseguite la cottura per altri 40 minuti, quindi togliete dal forno e servite subito.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 90 minuti** ● **335 cal/porzione**

TONNO AL MIRTO CON INSALATA TIEPIDA E POMODORINI

PER 4 PERSONE
300 g di filetto di tonno a fette - 3 rametti di mirto - 1 scalogno - 200 g di pomodorini ciliegia - 1/2 bicchiere di vino bianco - 300 g di patatine novelle non trattate - 100 g di taccole - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero

● **1** Sbucciate lo scalogno, tagliatelo a fettine sottili e trasferitelo in una terrina. Unite le fette di tonno, i rametti di mirto spezzettati, 3 cucchiai di olio, una macinata di pepe e il vino bianco; coprite con la pellicola e fate marinare il pesce in frigorifero per 30 minuti.
● **2** Nel frattempo lavate le patate, cuocetele al vapore per 20 minuti o fino a quando sono morbide se bucate con uno stecco. Mondate le taccole e cuocetele in acqua salata in ebollizione per 5 minuti; scolatele e tenetele in caldo.
● **3** Sgocciolate il tonno dalla marinata tenendo da parte quest'ultima, cuocetelo in una padella antiaderente ben calda, 1 minuto circa per lato, salatelo e lasciatelo intiepidire. Versate la marinata nella padella, unite i pomodorini forati con una forchetta e una presa di sale e continuate a cuocere per 5-6 minuti su fiamma alta, fino a che la marinata si sarà ridotta a 3-4 cucchiai. Eliminate il mirto, suddividete il tonno spezzettato nei piatti, unite patate e taccole e condite con il sugo di pomodorini.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo**
● **Cott. 10 min.** ● **245 cal/porzione**

CAKE AL MIELE CON PROFUMO DI MIRTO

PER 6-8 PERSONE
300 g di farina - 150 g di miele di acacia - 4 rametti di mirto - 3 uova - 1 albume - 0,9 dl di olio di semi di girasole - 15 g di lievito per dolci - 2 cucchiai di zucchero semolato grosso - sale

● **1** Versate il miele in un pentolino, unite i rametti di mirto spezzettati e scaldate il tutto su fiamma bassissima per 5 minuti. Spegnete, lasciate raffreddare e, dopo 20 minuti, eliminate il mirto.
● **2** Rompete le uova in una terrina, unite il miele, un pizzico di sale e montate il composto con le fruste elettriche per 4 minuti circa, fino a ottenere un composto molto gonfio e spumoso.
● **3** Unite la farina setacciata con il lievito e l'olio e mescolate con una spatola per amalgamare gli ingredienti. Rivestite con carta da forno uno stampo da plumcake di cm 26x8 e versatevi l'impasto; trasferitelo in forno preriscaldato a 180° e cuocetelo per circa 45 minuti. Nel frattempo passate un rametto di mirto prima nell'albume e poi nello zucchero semolato e lasciatelo asciugare all'aria per circa 1 ora. Togliete dal forno il plumcake, lasciatelo riposare per 5 minuti, levatelo dallo stampo e fatelo raffreddare su una gratella da pasticceria. Decoratelo con il rametto di mirto già preparato e servite.

MEDIA
● **Preparazione 15 minuti + riposo**
● **Cottura 20 minuti** ● **320 cal/porzione**

Tonno al mirto con insalata tiepida e pomodorini



Piatto Jars Céramistes, tovaglia Opificio dei Sogni. Nella pagina accanto: tovaglietta americana La Fabbrica del Lino. Indirizzi pagina 6



Cake al miele con profumo di mirto

> *segue da pag. 109*

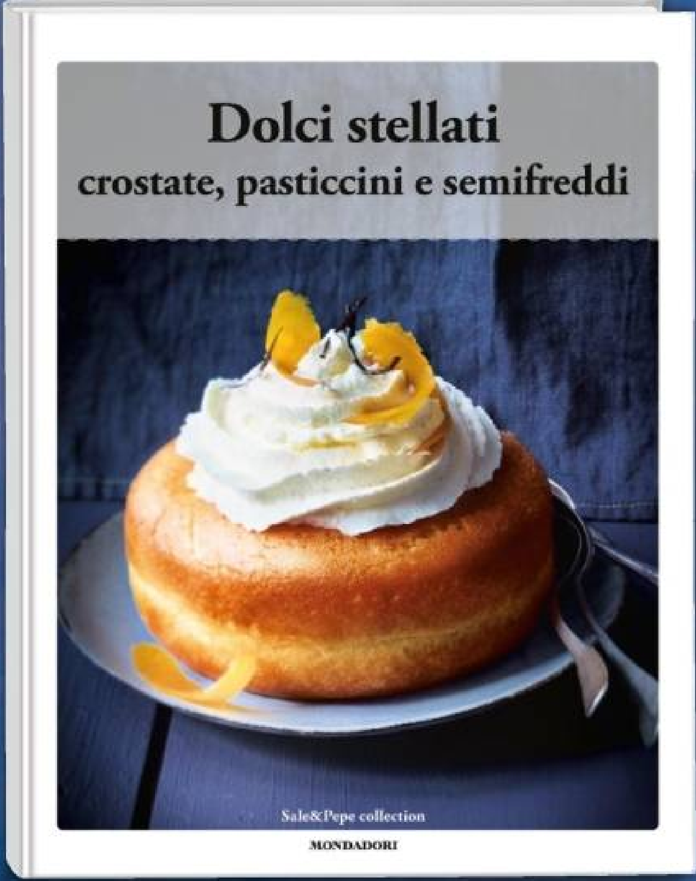
Nelle notti d'estate sulle magiche spiagge, dalla Costa Smeralda a Carloforte, ma anche ai bordi dei boschi, il mirto, con il lentisco che gli cresce accanto, emana intensi effluvi che si imprimono infallibilmente nella memoria olfattiva. Quanto al gusto, i sardi utilizzano il mirto da sempre per insaporire le carni.

Rametti e foglie sono d'obbligo per l'antichissima cottura del porceddu, che si fa all'aperto, in una buca scavata nel terreno: sulla legna divenuta brace si pongono tanti rami di mirto e timo. Su questi si dispone il maialino ricoperto da un altro strato di piante aromatiche, sulle quali poi si pongono altre braci e pietre arroventate. La cottura richiede molte ore e ormai è un rito piuttosto raro: assistervi è un privilegio. Anche cotto in forno, il porchetto avvolto nel mirto è squisito. Nel pollame, per esempio l'anatra, nell'agnello e nella selvaggina bollita secondo ricette tradizionali, i rami del mirto danno un apporto aromatico speciale. Provate anche questa versione dell'acqua pazza per orata, branzino o spigola: nella pesciera scaldate l'olio con una manciata di capperi, olive e pomodori secchi. Mettete qualche foglia di mirto con grani di pepe bianco e poche olive nel pesce eviscerato e squamato. Passatelo nell'olio caldo, unite un dito di acqua, e cuocete coperto controllando che il liquido non si asciughi. A cottura, scoperchiate. La gioia del naso anticipa quella del palato...

SALE&PEPE COLLECTION

I DOLCI A REGOLA D'ARTE

Come realizzare a casa le migliori ricette di pasticceria di uno chef stellato





*Oltre al prezzo di Sale&Pepe € 3,50

EDIZIONE DA COLLEZIONARE

RILEGATURA CARTONATA

CONTENUTI INEDITI

IMMAGINI SPETTACOLARI

DAL 20 APRILE A SOLO €4,90* IN PIÙ DA COLLEZIONARE

Un mondo meraviglioso che apre orizzonti di piacere sconfinati. Raffinati e complessi, per mettersi in gioco, oppure semplici e intensi come le merende dell'infanzia, i dolci, che siano al cucchiaio, in fette croccanti o soffici, coccolano e appagano i sensi. Immaginate un fresco soufflé ai frutti esotici, un intrigante tartufo ghiacciato alla menta o dei friabili ventagli di sfoglia fatta in casa: sono i dolci del grande chef Eric Frechon, ora svelati in questo libro per un risultato perfetto, da veri pasticceri.

sale&pepe



opsd
OGGI PANE E SALAME DOMANI
FOOD • PHOTOGRAPHY • FUN

OPSD: OGGI PANE SALAME DOMANI

Cosa può dare un tocco in più a una torta salata di scalogni caramellati? Il profumo di mirto. Sonia ha usato le sue foglioline per insaporire gli scalogni stufati in agrodolce. Questa e tante altre ricette buonissime, ma veloci e semplici da preparare sono sul suo rinnovato **oggipanesalamedomani.it.**

DON'T CALL ME...

È molto più che un blog, **dontcallme fashionblogger.com** è un blog magazine, popolato dai contributi di 11 persone. Spazia dalla moda al cibo agli eventi: è un sito curato, che trova modo di parlare di argomenti di nicchia come la confettura di mirto, che richiede abilità e pazienza per essere confezionata.

D.C.M.F.B
Dont Call Me Fashion Blogger!





Silva Avanzi Rigobello

SILVA AVANZI RIGOBELLO

«Nel Bresciano uno dei piatti tipici è lo spiedo» Silva sul suo sito (**silvarigobello.com**) introduce così questa preparazione (foto), alla quale lei dà un carattere speciale e più intenso, servendo la carne infilzata su rametti di mirto. E consiglia anche un'alternativa: «se recentemente non avete fatto un giro in Sardegna, potete usare il rosmarino».

Profumo di mirto

OVVERO COME UN SEMPLICE ARBUSTO SI PUÒ TRASFORMARE IN TRATTO DISTINTIVO DI UNA RICETTA. ONLINE GLI ESEMPI SONO MOLTI E PIACEVOLMENTE ORIGINALI

di Barbara Roncarolo

LE VOSTRE FOTO

Su **Instagram** il mirto è inteso soprattutto come il classico e famoso liquore. Le persone che lo preparano a casa e immortalano attimi di questo rito tradizionale sono moltissime. Tra le tante abbiamo scelto le foto di **@valesse_in_the_kitch**, che profumano di Salento, e di **@mc_ar**, che vanta una produzione sarda a km0. Ogni mese la redazione sceglie le più belle foto trovate su IG. Usate **#InstaSalePepe** e **@salepepe_it**: le guarderemo tutte, una per una.





ESSENZA IN CUCINA

Per cucinare il pâté di trota in gelatina di zafferano Cinzia ha usato un liquore, il mirto. Su **essenzaincucina.blogspot.it** racconta dove ha trovato l'ispirazione per una ricetta così ricercata. La storia è curiosa e vale la pena di essere letta.



I rigatoni con la Pajata

RISCOPRIAMO IL MITICO PIATTO ROMANO CON I SUOI PICCOLI GRANDI SEGRETI

di Miriam Ferrari, in cucina Antonella Pavanello, foto di Michele Tabozzi, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

Finalmente libera! Dopo 14 anni di divieto alla vendita i romani hanno potuto festeggiare il ritorno della pagliata ("pajata" in romanesco). Anche se durante il periodo di proibizionismo gli integralisti della tradizione sono riusciti a metterla in tavola procurandosela con un passaparola tra amici estimatori, poterla cucinare senza limitazioni ha significato vincere una lunga battaglia ingaggiata per la difesa di quello che è considerato uno degli ingredienti più tipici della loro cucina.

> segue a pag. 116





LA PREPARAZIONE

PER 4 PERSONE
1,5 kg di pagliata di vitello già pulita - 300 g di rigatoni - 1/2 bicchiere di vino bianco - 1 piccola cipolla - 1 spicchio di aglio - 800 g di polpa di pomodoro - 2 chiodi di garofano - olio extravergine d'oliva - pecorino grattugiato - sale fino e grosso - pepe

• **1** Tagliate la pagliata a pezzi di 20-25 cm e legateli a ciambella molto strettamente con refe da cucina. • **2** Scaldate in un tegame 3-4 cucchiai di olio, unite le ciambelle di pagliata, un pugnetto di sale grosso, i chiodi di garofano e una macinata di pepe. • **3** Abbassate il fuoco e cuocete per qualche minuto evitando che le ciambelle facciano la crosticina. • **4** Aggiungete la cipolla tritata finemente e l'aglio sbucciato e schiacciato e cuocete ancora dolcemente per qualche minuto. • **5** Sfumate con il vino e lasciatelo evaporare. Coprite e cuocete ancora per un quarto d'ora. • **6** Passate la polpa di pomodoro al passaverdure, aggiungetela alla pagliata e continuate la cottura per circa un'ora, mescolando ogni tanto e facendo attenzione a non rompere le ciambelle. • **7** Cuocete i rigatoni in abbondante acqua bollente salata e scolateli al dente. • **8** Versateli in un tegame dove avrete trasferito gran parte del sugo della pagliata e fateli insaporire a fuoco medio; aggiungete una spolverata di pecorino, mescolate, distribuite la pasta nei singoli piatti e distribuite su ciascuno qualche ciambella di pagliata e il restante sugo.





LA PAROLA ALL'ESPERTO
Risponde alle nostre piccole curiosità Roberto Liberati, guru della macelleria romana (Bottega Liberati, via Flavio Stilicone 278, Roma, tel.06 71544153).
Che differenza c'è tra la pagliata di vitello e di agnello? La pagliata di vitello è il triplo di quella di agnello e va privata della pelle esterna mentre quella di agnello si usa tutta.
E per quanto riguarda il sapore? Dipende dall'alimentazione: la pagliata di agnello risente del gusto delle erbe che la pecora mangia in campo aperto, mentre il sapore della pagliata di vitello è insignificante se l'animale è allevato a latte in polvere, sicuramente migliore se proviene da allevamenti bradi o semibradi come i nostri, dove l'unico latte che assume è quello materno.
Al momento dell'acquisto come riconoscere una buona pagliata? Occorre verificare che il colore sia omogeneo e roseo, senza striature scure. In generale quella che si acquista dovrebbe essere già pronta per essere cucinata, quindi perfettamente pulita e legata.
Come deve presentarsi una pagliata ben cotta? Dopo la lunga cottura richiesta dalla ricetta la pagliata deve risultare tenerissima: uno stecchino deve penetrarvi con facilità.

> segue da pag. 114

Due parole per i neofiti: la pagliata, che rientra nelle componenti del "quinto quarto" del bovino (frattaglie, testa, coda) con cui la cucina povera di un tempo ha elaborato piatti eccellenti ancora oggi vanto della gastronomia romana, è una parte dell'intestino tenue del manzo, del vitello, dell'agnello contenente ancora il chimo, sostanza ricca e cremosa. Un cibo forse difficile da accettare per chi non è nato a Trastevere, ma se preparato a regola d'arte e una volta superati i pregiudizi, tutti potranno apprezzarne gusto e delicatezza.

Da sola o in compagnia

La pagliata può essere cucinata semplicemente arrosto, sulla graticola, ma di solito è la base di un ricco sugo per la pasta, diventando così un ricco e sostanzioso piatto unico. Prediletti allo scopo i rigatoni, ideali per trattenere, data la loro caratteristica filettatura, il cremoso condimento. Restano famosi i rigatoni con la "pajatella" di Aldo Fabrizi, tassativo sulla qualità della pagliata che doveva essere "de vitella de latte appena nata"; più legata alla tradizione invece la ricetta della "pagliata di bue in umido con rigatoni" del grande gastronomo Carnacina. A Roma ognuno, pur non scostandosi troppo dalla tradizione, propone la sua ricetta. Per tutti, se si vuole ottenere un piatto all'altezza delle aspettative, vale la regola della perfetta pulizia della pagliata, operazione che risulta piuttosto elaborata: meglio quindi accordarsi con un macellaio di fiducia per acquistarla già pulita, tagliata a pezzi di 20-25 cm e legata a ciambella. Come suggeriva Adolfo Giaquinto, famoso cuoco romano della fine dell'Ottocento, grande estimatore di questo piatto.

I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE

Vi segnaliamo alcuni ristoranti che propongono, tra le tante specialità, questo piatto.

FLAVIO AL VELAVEVODETTO
Via di Monte Testaccio 97, Roma, tel. 06 5744194. Osteria tradizionale all'interno di un'antica grotta che i Romani utilizzavano per trasportare l'olio e il vino. Fiore all'occhiello i primi di stretta tradizione come l'amatriciana, cacio e pepe e i rigatoni con la pajata.

OSTERIA DELL'ANGELO
Via Giovanni Bettolo 24, Roma, tel. 06 3729470. Nei menu stampati su tovagliette di carta paglia spiccano anche i mitici rigatoni con la pajata interpretati con qualche tocco creativo.

ROBERTO E LORETTA
Via Saturnia 18-24, Roma, tel. 06 77201037. Ristorante classico ma anche autentica trattoria con ottime proposte di piatti romani come i rigatoni con la pajata.

CHECCHINO DAL 1887
via di Monte Testaccio 30, Roma, tel 06 5743816. Meta imperdibile per chi vuole scoprire la vera cucina romana del Testaccio con le ricette più famose preparate con il "quinto quarto".



BERE GIUSTO
La pagliata di vitello è la specialità più nobile del "quinto quarto" romanesco, in virtù di una delicatezza tattile e di un gusto soave, lontano da una greve visceralità; nella ricetta con la pasta è il pomodoro il vero antagonista della pagliata, perché vi sovrappone la freschezza e l'intonazione quasi dolce, al vino quindi il compito di trovare una fusione dinamica: scegliamo Lacaldera, un Grechetto rosso dell'Azienda Occhipinti di Gradoli, ottenuto nei pressi del Lago di Bolsena, agile nell'ingresso in bocca e dotato di una sapidità irresistibile.

Crea i tuoi dolci con Cucina Moderna

Libera la tua fantasia in cucina:
con gli **stampi** e gli **accessori** di **cake design** potrai divertirti a creare torte, biscotti, pasticcini e spettacolari decorazioni, da vero pasticciere!

* Prezzo rivista esclusa

2ª uscita / **IN EDICOLA**

Stencil carte da gioco + Stampino in silicone per decori + Alzatina per dolci





solo €4,99*

Realizza dolci allegri e colorati con lo stencil ispirato alle carte da gioco e lo stampino in silicone per decori ed esibisci le tue originali creazioni con l'elegante alzatina a due piani!

Su mondadoriperte.it trovi tutte le informazioni sulle iniziative in edicola e per l'acquisto degli arretrati.

In edicola con cucina MODERNA

NON PERDERE LA PROSSIMA USCITA





DAL 9 APRILE

3 Stencil rotondi + Tagliapasta a cuore + 3 Tappetini per disegno a rilievo

MONDADORI

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



CONDISOIA VALSOIA

Condisoia Valsoia è una gamma di condimenti ideali per preparare piatti gustosi e nutrienti. Preparati con Soyadrink Valsoia, sono naturalmente senza lattosio e pertanto facilmente digeribili. La gamma è composta da: CondiSoia da Cucina, CondiSoia da Montare e CondiSoia Besciamella.



GRAN BIRAGHI TAGLIATO A FETTE

Dall'esperienza e dall'innovazione Biraghi nasce il Gran Biraghi Tagliato a Fette stagionato 7 mesi. Una confezione innovativa, semplice da aprire, con apertura facilitata e perfettamente conservabile grazie alla chiusura salvafreschezza. Pronto all'uso per tante gustose ricette.



INSALATA 5 CEREALI OROGEL

L'insalata 5 cereali è un piatto vegetariano gustoso e salutare, un mix originale di cereali, verdure e legumi fonte di fibre e proteine.



VAL D'OCA

Lo spumante Rive di San Pietro di Barbozza Val d'Oca è un Cru Valdobbiadene Prosecco Superiore DOCG prodotto a partire dalle uve vendemmiate a mano e spumantizzato con metodo Charmat. Questo brut dall'elegante perlage e dall'aroma delicato, ha un sapore asciutto ed armonico.



CRAI BIO

CRAI presenta la nuova linea biologica a marchio "CRAI Bio". Più di sessanta referenze dai prodotti freschissimi come i pomodori alla crescenza, dalla mozzarella al burro. Non mancano i classici come la passata di pomodoro, lo yogurt, la pasta integrale, il riso, i frollini e i cracker integrali.



I GHIOTTINI

I Ghiottini sono realizzati con latte fresco toscano, uova fresche, miele toscano, mandorle selezionate seguendo la tradizionale ricetta Ghiott dal 1953. Confezionati appena sfornati sono preparati senza l'uso di coloranti, conservanti, organismi modificati geneticamente o grassi idrogenati.



FIORE BAVARESE DI MEGGLE

Il Burro Meggle Fiore Bavarese è il burro di alta qualità Meggle per eccellenza. Estremamente morbido e gustoso, grazie alla speciale lavorazione di prima panna, conserva appieno le sue proprietà nutritive e si caratterizza per un sapore e un profumo inimitabili.



BISCOTTI VEGAN GERMINAL BIO

Tutte le referenze della linea Germinal Bio Vegan sono realizzate con olio extra vergine d'oliva. Fanno parte della linea i Biscotti Vegan Farina macinata a pietra, frutto di un antico metodo di lavorazione, che garantisce un gusto sorprendentemente ricco a questi gustosi biscotti ricchi di nutrienti importanti.



QUALITÀ ALTO ADIGE

Lo Speck Alto Adige IGP, la Mela Alto Adige IGP e il Formaggio Stelvio DOP vi danno appuntamento per un gustoso assaggio. I tre prodotti sono gli ambasciatori della qualità, della genuinità e dei sapori unici della tradizione culinaria altoatesina. www.altoadigegarantito.eu.

Tinga poblana

IL PIATTO MESSICANO È CONDITO CON UNA SALSA SPECIALE, DELIZIOSA MISCELA DI PEPERONCINI AFFUMICATI

a cura di Silvia Bombelli, testi e ricetta di Vittorio Castellani, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi

La città di Puebla condivide con Oaxaca il primato di capitale gastronomica del Messico per la varietà e la ricchezza della sua cultura culinaria. Un'arte antica che, a partire dalle tradizioni native precolombiane, ha fatto tesoro degli apporti della cucina spagnola dei conquistadores, di quella francese e, indirettamente, anche di quella araba per l'uso generoso delle spezie.

> segue a pag. 120



STRACCETTI DI POLLO IN SALSA DI CHIPOTLES

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
**1 pollo tagliato a pezzi - 800 g di pomodori da sugo
300 g di cipolle - 500 ml di brodo di pollo - 30 g di burro
6 peperoncini chipotle in adobo - 4 tortilla di mais
- 4 spicchi d'aglio - 4 cucchiai di prezzemolo tritato - sale**

● **1** Sciogliete il burro in una padella a bordi alti e fate dorare i pezzi di pollo su tutti i lati. Lavate, sbucciate e private i pomodori dei semi. Mondate e tritate cipolla e aglio. Unite il trito e la polpa di pomodoro a cubetti al pollo. Aggiungete anche il prezzemolo. Regolate di sale e proseguite la cottura per circa 25 minuti, aggiungendo il brodo di pollo caldo poco alla volta e lasciandolo evaporare lentamente.
● **2** Prelevate i pezzi di pollo dalla pentola, disossateli accuratamente, sfilacciate la carne e rimettetela a cuocere dolcemente con la salsa. Lavate e tagliate a pezzi i peperoncini e uniteli alla preparazione. Lasciate insaporire per qualche minuto mescolando.
● **3** Farcite una tortilla di mais con qualche cucchiaio di tinga poblana. Decorate, se vi piace, con 2-3 foglie di prezzemolo fresco e servite. In alternativa potete accompagnare il pollo in salsa con riso lesso.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 45 minuti**



CHILI CHIPLOTES EN ADOBO

Il Messico è il Paese con la più grande varietà di peperoncini nativi. Venduti nei mercati, freschi a diversi stadi di maturazione, essiccati, in purea, in salsa, marinati (in escabeche) o stufati in salsa (in adobo) rappresentano l'essenza della cucina messicana. Ogni ricetta prevede l'uso esclusivo di una o più varietà sapientemente miscelate tra di loro in base al livello di piccantezza. In lingua náhuatl il termine chilpotcli significa affumicato. Si tratta di un particolare peperoncino raccolto ben maturo, affumicato e cucinato con salsa di pomodoro e zucchero di canna. Il suo aroma inconfondibile conferisce ai piatti un piacevole sentore di legno. Viene utilizzato come ingrediente principe in diversi piatti a base di pollo o di formaggio fuso (queso fundido). Ma viene anche servito a parte in una ciotola per permettere ai commensali di servirsene la quantità desiderata.

> segue da pag. 119

Non è dunque un caso se il riconoscimento dell'Unesco per la gastronomia messicana come Patrimonio culturale immateriale dell'Umanità, ha avuto la cucina di Puebla tra i suoi punti di forza. Fu il locale convento di Santa Clara un'autentica fucina di creazione culinaria, con piatti barocchi come il mole poblano, gustoso tacchino in salsa di cacao e spezie, oggi piatto nazionale del Messico.
Ma molti sono anche i piatti di strada (la tipica "comida corrida" messicana) e la deliziosa tinga poblana appartiene a questo filone della cucina espressa e minimalista. È preparata e servita nelle piazze partendo da un pezzo di carne già cotta, un modo intrigante per riciclare petti di pollo utilizzati per fare il brodo rendendoli più appetitosi. La carne sminuzzata si presta bene per essere stufata e poi saltata in un intingolo aromatizzato con il peperoncino chipotle. Si serve avvolta al momento in una tortilla di mais nativo (la saporita varietà autoctona), oppure ci si possono farcire le altre numerose piadine a base di mais come tostadas e chalupas. Ciascuno le può poi arricchire a piacere personalizzandole e rendendole ancora più gustose. Mangiare per strada e nei mercati di Puebla è una delle esperienze più emozionanti di un viaggio in Messico. La tinga poblana, però, è talmente famosa (ha persino ispirato la nota cantante Pasquita del Barrio) che si trova anche in molti ristoranti "genuini". Se è nel menu, si è certi di non essere capitati nel solito Tex Mex.

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



SIR WINSTON TEA

Sir Winston unisce le proprietà del tè verde a quelle delle bacche di goji, preziose alleate della nostra salute grazie ai loro effetti immunostimolanti e anti-age, oltre all'altissimo contenuto di vitamine e sali minerali. Il gusto dolce del litchi completa la bevanda rendendola ancora più sfiziosa.



SAPORI DI VIPITENO

Sapori di Vipiteno di Latteria Vipiteno è una linea di yogurt realizzata solo con latte fresco dei masi di alta montagna, senza glutine e senza OGM garantita dal Marchio di Qualità Alto Adige. Da oggi si amplia con il gusto mirtillo rosso.



CHOCO & FRUIT ZAINI

Dall'esperienza della Luigi Zaini spa, nascono i Choco & Fruit, dragè di cioccolato extra fondente con un cuore di frutta. Due i gusti: Cuore di Lampone e mirtillo rosso ricoperto di cioccolato extra fondente e Cuore di Arancia, Limone e Lime, ricoperto di cioccolato fondente extra.



PINOT NERO COLTERENZIO

Il Pinot Nero Riserva St. Daniel di Colterenzio prodotto sulle alture è un vino di raffinata eleganza che ci ammalia con aromi di bacche rosse mature e con un tannino fine e delicato.



FIOR DI LOTO

Fior di Loto presenta la nuova linea di frutta secca GoNuts disponibile in formato classico e in formato "snack". La linea Fior di Loto GoNuts propone anche diversi mix: Fitness Mix Bio per una sferzata di energia, Beauty Mix Bio arricchito con golose bacche di goji e Smart Mix Bio una pratica dose di energia per la mente.



SANT'ANNA BIO BOTTLE

L'acqua minerale Sant'Anna nasce da fonti incontaminate. È leggera, pura ed è indicata per le diete povere di sodio. La sua rivoluzionaria bottiglia di origine vegetale, oltre all'indiscutibile plus ecosostenibile, conserva la qualità intrinseca dell'acqua e le sue caratteristiche organolettiche.



MELINDA MOUSSE MELAGRANA

Melinda Mousse di Chini viene realizzata con sole mele Golden Delicious del Trentino la cui qualità è garantita dal marchio Melinda alle quali viene aggiunta la melagrana, frutto ricco di vitamine, ferro e potassio. Solo buona frutta senza conservanti, coloranti e zuccheri aggiunti.



GRAN PASTICCERIA LOACKER

Gran Pasticceria nasce dalla tradizione pasticcera Loacker. Gli ingredienti di Gran Pasticceria sono genuini, naturali e di altissima qualità, senza uso di conservanti, coloranti e grassi idrogenati. Cinque i gusti di Loacker Gran Pasticceria: Coconut, Crème Noisette, Fondente Nocciolato, Cappuccino e Noir Orange.



PAM PANORAMA "BIO SHOP"

Pam Panorama ha inaugurato, all'interno dell'Ipermercato Panorama di Lunghezza (Roma), il primo "Bio Shop", un negozio esclusivamente dedicato ai prodotti Bio e naturali, al cui interno si possono trovare circa 1.400 referenze per gli amanti del mondo bio e salutistico.



NEL NUMERO DI MAGGIO

EVASIONI GOURMAND
I sapori di Carnia, le sagre dove assaggiare erbe spontane, un pranzo con gli amici affacciati sui tetti di Genova... la bella stagione offre sempre nuovi spunti golosi.



SPEZZATINI DI PRIMAVERA
Bocconcini di coniglio, vitello, maiale e tacchino incontrano zucchine, piselli, cipolline, taccole, fagiolini e ravanelli in secondi morbidi e intensi.



TORTE DA CERIMONIA
Sontuse e chic, animano feste indimenticabili. Perché sono buone e belle come quelle del pasticciere, ma ancora più speciali.

in edicola dal 20 aprile

SALE&PEPE
n. 4 APRILE 2016

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE
Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (caporedattore)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it (caposervizio web)
Monica Pilotto pilotto@mondadori.it (vicecaposervizio)
Silvia Bombelli silvia.bombelli@mondadori.it
Mauro Cominelli mauro.cominelli@mondadori.it
Daniela Falsitta falsitta@mondadori.it
Silvia Tatozzi silvia.tatozzi@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA
Silvano Vavassori vavassor@mondadori.it (caporedattore)
Daniela Arsuffi arsuffi@mondadori.it (caposervizio)
Ornella Claudia Indovina ornella.indovina@mondadori.it
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Silvia Viganò silvia.vigano@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca fotografica)

PROGETTO GRAFICO
Roberto Porta porta@mondadori.it

HANNO COLLABORATO
Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Amelia Bertottilli, Federica Bianco di San Secondo, Patrizia Cantoni, Vittorio Castellani, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Laura Delli Colli, Sara Farina, Miriam Ferrari, Franca Maffei, Paola Mancuso, Massimo Montanari, Chiara Patracchini, Alessandro Pasinelli Studio, Antonella Pavanello, Livia Sala, Entico Saravalle, Sandro Sangiorgi, Mariarosa Schiaffino, Studio Salaris, Francesca Tagliabue, Sissi Valassina, Paola Volpari

Foto: Marco Azzoni, Adriano Brusaferri, Luca Colombo/Studio XL, Stefania Giorgi, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Michele Mulas, Felice Scoccimarro/Alkèmia, Laura Spinelli, Michele Tabozzi

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI
È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite: www.abbonamenti.it/mondadori; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; telefono: dall'Italia 199.111.999 (per telefoni fissi: euro 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta. Per cellulari costi in funzione dell'operatore); dall'estero tel.: +39 041.509.90.49. Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00; fax: 030.77.72.387; posta: scrivere all'indirizzo: Press Di Servizio Abbonamenti – C/O CMP Brescia – 25126 Brescia. L'abbonamento può avere inizio in qualsiasi periodo dell'anno. L'eventuale cambio di indirizzo è gratuito: informare il Servizio Abbonati almeno 20 giorni prima del trasferimento, allegando l'etichetta con la quale arriva la rivista.
Servizio collezionisti: Avete perso un numero di Sale&Pepe? tel. 199.162.171; fax 02-95970333 e-mail: collez@mondadori.it. Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.
REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I. CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mediamond S.p.A. Palazzo Cellini – Milano Due, 20090 Segrate, tel: 02 21025259 e-mail contatti@mediamond.it

© 2002 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. - Milano. Tutti i diritti di proprietà letteraria e artistica riservati. Manoscritti e foto anche se non pubblicati non si restituiscono.

Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986. Stampa ELCOGRAF S.p.A., via Mondadori, 15, Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl. Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 199162171; Fax 0295103250; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387. Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl
Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it

MONDADORI

Accertamento Diffusione Stampa - Certificato n. 7991 del 9 febbraio 2015

Questo periodico è iscritto alla FIEG Federazione Italiana Editori Giornali



SALE&PEPE SUL TUO IPAD
Da oggi puoi leggere Sale&Pepe anche sul tuo iPad con la nuova app di sfoglio digitale. Scarica subito l'applicazione di Sale&Pepe magazine dall'Apple Store (oppure fotografa il codice QR qui a destra).

Disponibile su App Store

Inoltre, sul sito www.abbonamenti.it troverai le offerte per abbonarti a Sale&Pepe a partire da 6,99 Euro per 3 numeri con la possibilità di sfogliare la rivista su web o sul tuo tablet!


MEDICAL PHARMA
PRIGIONIERO DELLA STITICHEZZA?
STITICHEZZA
TAVOLETTE
LE DODICI ERBE
E RITROVI IL BENESSERE!
IN FARMACIA
DODICI ERBE è anche in confezione da 30 Tavolette, Tisana, Fruttini Masticabili
MEDICAL PHARMA
LE DODICI ERBE
TAVOLETTE DI ERBE PRESSATE
INTEGRATORE ALIMENTARE A BASE DI ESTRATTI VEGETALI
100 tavolette
LE DODICI ERBE
30 tavolette
LE DODICI ERBE
TISANA SOLUBILE
20 buste da 2g (Peso 40g)
INTEGRATORE ALIMENTARE A BASE DI ESTRATTI VEGETALI
INTEGRATORE ALIMENTARE
I DODICI FRUTTI
regolarità intestinale
12 Fruttini masticabili
A base di Frutta e Fibre
Peso 120g
Linea integratori alimentari utili per favorire la naturale regolarità del transito intestinale.
www.medicalpharma.it - e.mail: medicalp@tin.it



Per te 1000€
di prodotti d'eccellenza
dell'enogastronomia italiana al 50%
con l'acquisto di un set di pentole Alessi.

alessilovesitaly.com



ALESSI

Operazione a premi valida dal 01/03/2016 al 31/05/2016.
Regolamento completo su alessilovesitaly.com.